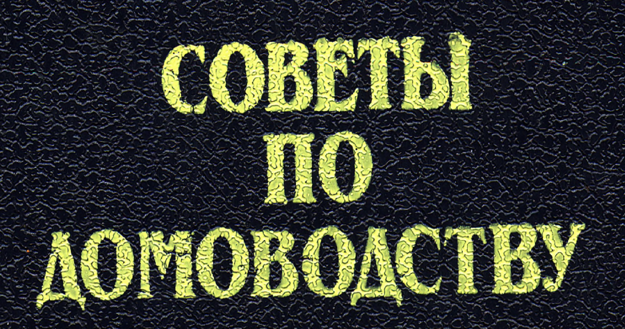
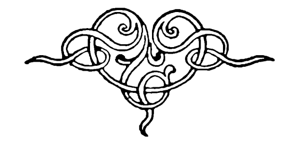

СОВЕТЫ
ПО
ДОМОВОДСТВУ



СОВЕТЫ ПО ДОМОВОДСТВУ



5-Е ИЗДАНИЕ

Минск
«Полымя»
1993

ББК 37.279
С56
УДК 64.021

Авторы-составители
В. И. Астафьев, А. Ф. Черданцева

С $\frac{3404000000—022}{М\ 306(03)—93}$ БЗ № 148—93

ISBN 5-345-00483-8



ДОМАШНИЕ ЗАГОТОВКИ И ИХ ХРАНЕНИЕ

Известно много различных способов заготовки на зиму овощей, фруктов, ягод, зелени: консервирование, маринование, квашение, соление, приготовление соков, варка варенья, джемов, повидла. Удобна и не трудоемка заготовка сушеных фруктов, овощей и зелени. При правильной сушке в них сохраняется немало витаминов и других полезных веществ, на протяжении всей зимы их можно использовать для приготовления супов, бульонов, киселей, компотов и прочих блюд.

Однако в процессе длительного хранения сушеные заготовки нередко отсыревают, покрываются плесенью, в них заводятся жучки. Такие продукты рассыпают тонким слоем на листе и сушат в духовке 25—30 мин при температуре 55—60 °С. Можно поправить дело и с помощью холода, подержав продукты неделю на морозе. Лучше всего сушеные заготовки сохраняются в сухих, плотно укупоренных банках или в полиэтиленовых мешочках. Неплохо пересыпать сушеные овощи и фрукты толчеными листьями рябины — это предохраняет от порчи.

Широко распространено домашнее консервирование овощей, фруктов, ягод, грибов. Основное требование при этом — максимальная чистота сырья, оборудования, рук: все должно быть тщательно очищено, вымыто, банки простерилизованы.

Технология стерилизации имеет общие правила и подразделяется на операции.

Очистка и нарезка овощей. Удаляют плодоножки, листья, некоторые овощи и фрукты нарезают кусоч-

ками. Медлить с использованием нарезанных продуктов нельзя: они быстро портятся, вянут и через несколько часов становятся непригодными для переработки.

Мойка. Сперва овощи и фрукты замачивают в холодной воде, а потом тщательно промывают проточной водой в тазах или кастрюлях. Ягоды — все, кроме малины,— предварительно промывают охлажденной кипяченой водой и сушат на открытом воздухе, желательно в тени, на чистых полотенцах.

Бланширование. Сначала овощи обдают кипятком, а затем быстро погружают в холодную кипяченую воду. При этом уничтожаются микробы на поверхности, овощи размягчаются, сохраняют свой естественный цвет.

Подготовка тары. Банки моют непосредственно перед стерилизацией ершиками, щетками с применением пищевой соды. После этого их ополаскивают кипятком для дезинфекции и снова теплой кипяченой водой. Прогреть банки лучше заранее, чтобы не полопались.

Укладка овощей и заливка. Закладывая овощи в банки, старайтесь делать это не только аккуратно, но и красиво.

Заливку нагревают до 80 °С и покрывают ею овощи, уложенные в банке. Заполняют ее так, чтобы между жидкостью и крышкой оставалось пространство 1,5—2 см.

Стерилизация. На дно кастрюли кладут плотную хлопчатобумажную ткань в два-три слоя, чтобы тара не разбилась. Когда вода в кастрюле закипит, слегка убавляют огонь. Жестяные крышки предварительно промывают в растворе соды (чайная ложка на 1 л воды) и ошпаривают кипятком. Банки, заполненные продуктами, ставят на дно так, чтобы кипящая вода ни в коем случае не попала внутрь. После стерилизации банки быстро вынимают из кастрюли, закатывают крышками, переворачивают вверх дном и оставляют так, пока банки не остынут.

А теперь о том, как следует заготавливать овощи, фрукты, ягоды, зелень, грибы, чтобы сохранить их вкусовые и питательные свойства на протяжении длительного времени.

Сушка и хранение помидоров

Зеленые помидоры для длительного хранения укладывают в плоские ящики и хранят при температуре +10...+12 °С.

Для сушки отбирают зрелые, красные помидоры. Их моют, разрезают на две или четыре части так, чтобы разрез не доходил до нижнего края плода. Уложив помидоры разрезом вверх на сито, противень или доски, застланные бумагой, днем их выставляют на солнце, а на ночь и при дожде убирают в помещение, пока не высохнут. Высушенные помидоры хранят в марлевых мешках, подвесив их в проветриваемых местах.

Чтобы иметь зимой свежие помидоры, за несколько дней до осенних заморозков выкапывают кусты с зелеными плодами и, не стряхивая с них почву, подвешивают в помещении при температуре +1...+5 °С корнями вверх. В таких условиях помидоры дозревают к новогоднему столу.

Известен и другой способ дозревания свежих помидоров до января. Отобранные осенью здоровые зеленые плоды заворачивают в бумагу, укладывают в ящики или корзины, застланные соломой, и хранят при температуре +11...+13 °С в темном сухом месте.

Помидоры долго останутся свежими, если, сорвав их в сухой солнечный день, уложить в большую стеклянную банку и залить остуженной кипяченой соленой водой, а банку завязать полиэтиленовой пленкой. Банки держат в сухом прохладном месте, а воду меняют через каждые две недели.

Консервирование помидоров без уксуса

Крепкие, некрупные, лучше всего мелкоплодные помидоры грушевидной формы очищают, плотно укладывают в банки, заливают горячей водой или соком из помидоров, размятых и протертых сквозь

сито. Соль — по вкусу. Стерилизуют пол-литровые банки 35 мин, литровые — 40 мин.

Помидоры легко очистить от кожицы, если, положив их в дуршлаг, опустить на минуту в кипяток, а затем быстро погрузить в холодную воду.

Приготовление томатной пасты

Любая хозяйка хотела бы всегда иметь под рукой томатную пасту. Приготовить ее совсем несложно в домашних условиях. Для этого пригодны только зрелые помидоры. Даже незначительное количество недозревших плодов ухудшит качество пасты. Вымытые помидоры кладут в кастрюлю и варят до тех пор, пока они не разварятся, затем пропускают через мясорубку с мелкой решеткой. Полученную массу варят в эмалированном тазу, пока объем ее не уменьшится в 2,5—3 раза. Не надо выливать в таз всю массу сразу — при кипении она перельется через край. Лучше доливать постепенно, небольшими порциями по мере того, как вода будет выпариваться. Варить следует на сильном огне, непрерывно помешивая.

Готовое пюре горячим раскладывают в банки и закатывают. Банки и крышки предварительно выдерживают в горячей воде 10 мин. Закатанные банки в течение 10—20 мин стерилизуют в кипящей воде и только после этого ставят на хранение в прохладное место.

Для сохранности пюре без герметической укупорки его следует посолить перед окончанием варки (из расчета 100 г соли на литровую банку). Чтобы томатная паста в открытой банке не заплесневела, ее посыпают сверху солью и заливают тонким слоем растительного масла. Можно посыпать также сухими толчеными листьями хрена.

Домашняя приправа к мясным блюдам

5—7 головок чеснока средней величины мелко измельчают и растирают с семенами укропа (1 чайная ложка). Полученную смесь заливают томатным соком (1—1,5 л) и тщательно перемешивают. Приправу хранят в холодном месте.

Овощная аправка для супа

Морковь (800 г), корень петрушки (150 г), корень сельдерея (50 г), перец (100 г), репчатый лук (100 г) очищают, моют, нарезают кусочками. Бланшируют каждый овощ отдельно по 3 мин. Затем укладывают плотными слоями в подготовленные банки, налив на дно каждой $^1/_2$ чайной ложки уксусной эссенции, добавив по чайной ложке соли и 3—4 растолченные дольки чеснока. Заливают банки на 2 см ниже горлышка кипящей водой, оставшейся после бланшировки овощей, накрывают крышками, стерилизуют в течение 30 мин, закатывают и охлаждают.

Витаминная заправка для первых и вторых блюд

Берут по 1 кг моркови, помидоров, сладкого перца, лука репчатого и зелени (петрушки, сельдерея и лука-порея), тщательно промывают, мелко-мелко режут и тщательно перемешивают с 1 кг соли. Как только начнет появляться сок, раскладывают в простерилизованные банки, закрывают крышками. Хранят в прохладном месте.

Хранение и квашение капусты

Предназначенные для длительного хранения кочаны капусты выдерживают несколько дней, пока на верхних, плотно прилегающих зеленых листьях не останется капель влаги. Затем в сухом темном помещении кочаны раскладывают срезом кочерыжек вверх на решетчатых стеллажах или в ящиках с отверстиями. Время от времени необходимо снимать с кочанов увядшие листья.

Известен и другой способ сохранения свежей капусты. С кочанов снимают первые зеленые листья, к кочерыжкам привязывают шпагат. Подготовленные таким образом кочаны обмазывают глиной, разведенной до густоты теста, так, чтобы не было видно листьев, и просушивают на солнце. Благодаря покрытию из глины капуста остается свежей в течение длительного времени.

Кочаны свежей капусты хорошо сохранятся, если их плотно завернуть в газетную бумагу и положить на небольшом расстоянии друг от друга в сухом прохладном месте. Со временем потемневшую или влажную бумагу снять, кочаны очистить от верхних листьев и снова завернуть в свежую бумагу. Кочерыжки по возможности должны быть длинными.

Можно сохранить капусту, если связать кочаны попарно и подвесить на перекладине. Оптимальный температурный режим для такого хранения капусты от —1 до +2 °С.

Квашеная капуста — настоящая копилка витаминов и универсальный продукт: это и салаты, и щи, и гарниры. А готовить ее не сложно. Плотные, белые кочаны очищают от увядших листьев, разрезают на две или четыре части, удаляют кочерыжку, шинкуют капусту. На дно кадки или эмалированной кастрюли кладут несколько больших капустных листьев и слой шинкованной капусты, смешанной с мелко нарезанной или крупно натертой морковью, посыпают небольшим количеством соли. Выкладывают слоями яблоки, разрезанные, без семенной коробочки, клюкву, бруснику, небольшие капустные кочаны или половинки. Насыпают следующий слой нашинкованной капусты с морковью, уплотняют. Заполнив кадку (или кастрюлю), кладут сверху капустные листья, покрывают марлей и придавливают деревянным или эмалированным кругом с грузом. На следующий день, когда капуста пустит сок, удаляют с поверхности пену и делают несколько глубоких проколов гладкой деревянной палкой, предварительно ее ошпарив. В первые дни заквашивания кадку держат при комнатной температуре, а через неделю убирают в холодное место. (На 10 кг капусты — 250 г соли, 350 г моркови, 1 кг яблок.)

А вот как можно быстро заквасить небольшое количество капусты. Сначала готовят рассол. В эмалированную кастрюлю наливают 10 л воды, засыпают 20 столовых ложек соли (желательно крупного помола) и размешивают. Добавляют столовую ложку молотого и 20—30 горошин черного перца, 5—6 лавровых листьев, две горсти свежего или сушеного укропа. Кипятят полчаса и полностью остуживают.

Наливают в эмалированную посуду до половины и туда же засыпают капусту, нашинкованную вместе с морковью. Всю массу тщательно перемешивают, дают постоять полчаса и, слегка отжав, перекладывают, плотно утрамбовывая, в заранее приготовленные трехлитровые банки, но не до самого верха. Закрывать банки крышками не следует, пусть дня три-четыре постоят открытыми. Во время брожения капустный сок будет пузыриться и выливаться из банок. Тогда лишнюю капусту надо выбрать, стараясь сделать это так, чтобы сок оставался в банке. Когда брожение прекратится и пена спадет, банки закрывают капроновыми крышками и ставят в холодильник.

Для квашения отбирают белокочанную капусту поздних или среднеспелых сортов: Белорусская, Слава, Осенняя, Грибовская, Московская, Подарок, Амагер, Надежда и др.

Для получения 100 кг квашеной требуется 112 кг свежей капусты и 1,7—2 кг поваренной соли. По желанию можно добавить мелко нарезанную или тертую морковь — 3 кг, яблоки — 8 кг, бруснику или клюкву — 1...2 кг, тмин — 50 г, лавровый лист — 20...30 г, душистый перец — по вкусу.

Чтобы квашеная капуста оставалась твердой, при засолке надо положить в нее не менее 2 % соли от общего веса, сильно утрамбовать и хранить в прохладном месте.

Квашеная капуста в кочанах становится нежной и упругой, а рассол ее приятным для питья, если между рядами кочанов насыпать по горсти толченой кукурузы.

Непременное условие правильной засолки капусты — благоприятная температура (+15...+22 °С). Если температура ниже +15 °С, молочнокислые бактерии развиваются медленно; при температуре +22...+25 °С развиваются микроорганизмы, ухудшающие вкус и сохранность капусты.

Если положить в капусту сладкий перец, он будет способствовать более длительному сохранению в капусте витамина С.

Содержание витамина С в различных частях капустного кочана неодинаково. Так, в 100 г наружных листьев белокочанной капусты его содержится 30—31 мг, а во внутренних — до 52 мг.

Отменного вкуса и цвета получается квашеная капуста, если пятую часть соли заменить сахарным песком. Сахар ускоряет процесс брожения; оно считается законченным, когда на поверхности капусты перестают образовываться пузырьки, а рассол становится прозрачным.

При засолке целых небольших кочанов их следует надрезать крест-накрест по кочерыжке.

Пену, которая появляется на рассоле в начале квашения, надо снимать, так как в ней заводятся вредные бактерии.

Капусту по-русски заквашивают с морковью, яблоками, клюквой или брусникой, по-южному — со свеклой и красным перцем. По-французски квасят наскоро, добавляя не только 1—1,5 % соли, но и 4—5 % сахара, полстакана сухого вина на каждые 10 кг капусты. Одновременно кладут яблоки, сливы, свежий кизил — примерно четверть или треть. Такая капуста-провансаль готова к употреблению уже к исходу пятого дня (вместо 20—24 дней при обычном заквашивании). Но для провансаля капусту надо предварительно бланшировать уже в рубленом виде и только после этого добавлять соль и сахар.

Кислую квашеную капусту промывают перед употреблением не теплой, а холодной водой.

Квашеную капусту хранят в холодном помещении при температуре около 0 °С обязательно покрытой рассолом. Капуста, вынутая из рассола, уже через 3 ч теряет 33 % витамина С, а через 12 ч — 50 %. Поэтому ее нужно или немедленно использовать в пищу, или подвергнуть тепловой обработке.

Соление и консервирование огурцов

Для засолки отбирают огурцы с пупырышками, с неровной поверхностью. Чтобы они сохранили яркий зеленый цвет свежих, необходимо обдать их кипятком.

Огурцы не заплесневеют в открытой посуде, если сверху положить наструганный хрен или мешочки с сухой горчицей (30—40 г).

Соленые огурцы и капуста дольше сохранятся и не потеряют вкуса, если брать их из банки, бочки или ведра не руками, а чистой ложкой или вилкой.

Если добавить в рассол для соленых огурцов немного горчицы, они станут вкуснее и сохранятся дольше.

Соленые и квашеные овощи рекомендуется держать на холоде и следить, чтобы они всегда были покрыты рассолом. Если появится плесень, ее надо тщательно снять. Испорченный рассол слить. Огурцы промыть холодной соленой водой и дать ей стечь. Затем плотно уложить в другую, хорошо промытую и ошпаренную кипятком посуду и залить свежим, более крепким рассолом. Поверх огурцов положить чистые ткань, деревянный кружок и небольшой гнет так, чтобы рассол покрыл кружок. Хранить при температуре не выше +5 °С. Укладывать огурцы надо вместе со специями: на 10 кг огурцов — 300 г укропа, 10—15 долек чеснока, 3—5 стручков перца, немного хрена.

Малосольные огурцы можно получить на следующий день, если залить их кипящим рассолом (на 2,5 л воды 280 г соли). Этого количества рассола хватит для засолки 3 кг огурцов. Чтобы огурцы остались крепкими, на дно банки и сверху кладут 2—3 горсти дубовых листьев.

Засоленные огурцы сохранят цвет, вкус и аромат свежих, если их предварительно подержать залитыми холодной водой в эмалированной или стеклянной посуде в течение 5—6 ч. После этого осторожно про-

мыть и сложить в прокипяченные банки, положив на дно яблоневые листья (желательно кислых сортов или диких) и мелко нарубленный укроп, затем 2—3 слоя огурцов и снова листья и укроп. И так до верха банки.

Чтобы придать огурцам остроту, можно положить мелко нарезанные корни хрена, а сверху на листья и укроп посыпать немного красного перца. Для рассола кипятят воду с солью и сахаром (на 1 л воды 1 чайная ложка соли и 3 чайные ложки сахара). Заливают огурцы приготовленным рассолом, накрывают прокипяченными крышками и пастеризуют банки на небольшом огне (литровые — 20...25 мин, двухлитровые — 30...35 мин). Через месяц огурцы будут готовы к употреблению.

Для консервирования огурцы средней величины моют и замачивают на 5—7 ч в холодной воде, после чего складывают в трехлитровые простерилизованные банки, положив в каждую немного укропа, петрушки, вишневого или смородинового листа, 3—4 дольки чеснока, головку лука. Варят маринад (на одну банку 1—1,5 л воды, 4—5 столовых ложек соли, 1 столовую ложку сахара, 1 лавровый листик, 3 столовые ложки уксуса). Подготовленные огурцы заливают кипящим маринадом, пастеризуют 20—25 мин, после чего закатывают.

Хранение картофеля

Для хранения картофеля пригодно сухое прохладное темное помещение, лучше всего подвал. При хранении на свету в клубнях вырабатывается вредное для человеческого организма вещество — соланин. Наиболее благоприятная температура для хранения картофеля +3...+5 °С. Если в погребе или сарае холоднее, он приобретает неприятный сладковатый вкус. Можно хранить картофель, рассыпав на соломе, прикрыв его сверху соломой или рогожей, а также в ящиках. Клубни с дефектами следует хранить отдельно и использовать в первую очередь.

Если в ящик с картофелем, отобранным для хранения на зиму, положить между клубнями 2—3 яблока, то картофель не выпустит ростки.

Хранение свеклы, моркови

Свеклу, очищенную от ботвы, можно держать в подвале или в кладовке в открытом ящике, пересыпав сухим песком. Так же хранят репу, брюкву, черную редьку, корни петрушки.

Морковь хранят в подвале, сложив ее в открытые ящики и засыпав чуть влажным песком или воткнув в небольшие кучки песка.

Хорошо сохраняются корнеплоды моркови, пересыпанные сухим мхом или опрыснутые перед укладкой водным настоем из шелухи репчатого лука.

Морковь долго сохранится свежей, если окунуть ее в раствор из глины, высушить, сложить в ящики и поставить в прохладное помещение.

Для длительного хранения наиболее пригодны следующие сорта моркови: Валерия, Шантене, Московская. Причем для этой цели отбирают здоровые, неповрежденные корнеплоды, убранные до заморозков. Лучшая температура для хранения моркови — 0...+1 °С.

Обычно при хранении морковь начинает портиться с нижней части. Поэтому тонкие хвостики корнеплодов рекомендуется обрезать до толщины 0,5 см в диаметре.

Сушка и маринование зеленого горошка

Зеленый горошек можно заготовить впрок сушеным и маринованным.

Сушка. Стручки зеленого горошка вылущивают. Зерна бланшируют в воде 2—3 мин, чтобы не переварились, и охлаждают. Насыпают на противни, помещают в духовку и сушат при открытой дверце (температура в начале сушки — 40... 50 °С и в конце — 55... 60 °С) в два-три приема с промежутками в 1—2 ч. Готовый горошек имеет равномерно морщинистую поверхность, приятный сладкий вкус и темно-зеленый цвет.

Маринование. Горошек вылущивают, бланшируют в кипящей подсоленной воде (20 г соли на 1 л воды). Полученный отвар с горошком выливают в под-

готовленные горячие банки и погружают на 30—40 мин в кипящую воду для стерилизации. Перед укупоркой добавляют уксусную эссенцию (неполная столовая ложка на 1 л воды). Банки закатывают и ставят вверх дном. Долго хранить этот продукт не рекомендуется.

И еще один рецепт заготовки зеленого горошка на зиму. Молодой горошек, очищенный от стручков, всыпают в полотняный мешочек и таким образом кипятят в соленой воде 3—4 мин. Затем мешочек погружают в холодную воду и быстро остужают. Горошек раскладывают в подготовленные банки, заливают подсоленной водой (на 5 кг гороха — 4 л воды и столовая ложка соли), накрывают крышками, стерилизуют в течение часа, затем крышки укупоривают. Хранят в холодном месте.

Заготовка перца

Всю зиму будут храниться свежие плоды перца в деревянном ящике, если их пересыпать речным песком.

Сушка перца. Стручки острого перца нанизывают на нитку или шпагат через середину каждого стручка, плоды сладкого перца — через хвостики. Кроме того, каждый перец надо проколоть возле хвостика, чтобы просушить его внутреннюю часть. Нанизанные плоды подвешивают в тени или на солнце, но обязательно на ветерке.

Заготовка перца для фарширования. Плоды перца средней величины, без дефектов, моют, срезают верхушку, очищают от семян. Складывают один в другой в литровую банку столько, сколько уместится по высоте. Заливают рассолом (2 чайные ложки соли на 1 л воды). Банку накрывают крышкой и стерилизуют 10—15 мин. Перед употреблением перец промывают в холодной воде и фаршируют.

Перечный крем. Зрелые, но твердые мясистые плоды перца очищают от семян, пропускают через мясорубку, добавляют соль (200 г на 1 кг очищенных

плодов перца), перемешивают и кладут в банки. Закрывают полиэтиленовыми крышками или завязывают бумагой. Употребляют круглый год как приправу.

Зелень — круглый год

Зелень заготавливают впрок двумя способами: солят и сушат.

Соленая зелень. Очищенные и вымытые в холодной воде коренья петрушки, сельдерея, моркови, репчатого лука или порея (всего поровну) нарезают тонкими ломтиками, пластинками, кольцами. Измельчают зелень петрушки и сельдерея. На 1 кг кореньев и зелени добавляют стручок острого и 3—5 стучков сладкого перца, очищенных от семян и тонко нарезанных. Все тщательно перемешивают с солью (на 1 кг зелени 300 г соли), но не натирают. Приготовленную таким образом смесь раскладывают в стеклянные банки, уплотняют и закрывают полиэтиленовыми крышками. Через 2—3 дня, когда зелень несколько осядет, банки заполняют ею доверху, чтобы не осталось места для воздуха, посыпают слоем соли и закрывают крышками. Хранить соленую зелень можно при комнатной температуре больше года. Это ароматная и вкусная приправа ко многим блюдам.

За полчаса до готовности в суп или борщ добавляют одну-две столовые ложки соленой зелени (солят суп или борщ в самом конце варки).

Предварительно промытую в холодной воде соленую зелень можно класть в жаркое, солянку, супы. Лук, морковь и петрушку для щей, борща, рассольника смешивают не только с солью, но и с томатной пастой ($^1/_5$ общего количества). Так они лучше сохраняются.

Сушеная зелень. Сушка — наиболее удобный и нетрудоемкий способ заготовки и сохранения укропа, петрушки, сельдерея в домашних условиях. Заготовленные с осени, они окажут незаменимую услугу хозяйке зимой и весной, когда остро ощущается недостаток свежей зелени.

Каждый вид зелени сушат отдельно в печи или духовке 2,5—3,5 ч при температуре 40—60 °С, петрушку — при 60...70 °С. При более высокой температуре улетучиваются ароматические вещества и разру-

шаются витамины. На 500 г зелени петрушки берут 500 г укропа и 250 г сельдерея.

Коренья петрушки, сельдерея, а также морковь надо тщательно промыть, очистить от мелких отростков, нарезать кружочками и сушить при температуре 60—65 °С. Время сушки петрушки и сельдерея — 3,5...4 ч, моркови — 5 ч. На 650 г моркови берут 200 г петрушки и 150 г сельдерея.

Высушенную зелень и коренья охлаждают, смешивают, складывают в стеклянные банки и, плотно закрыв, хранят в сухом месте.

Можно сушить зелень на воздухе, но не на солнце. При этом ее не режут, а связывают в небольшие рыхлые пучки и развешивают в затемненном месте, затем досушивают в духовке.

Петрушка в растительном масле. Вымытую петрушку разложить, чтобы стекла вода, мелко порубить, уложить в банку и залить растительным маслом, после чего банку закатать крышкой.

Консервирование щавеля

Для заготовки берут свежие зеленые листья без повреждений, хорошо их промывают, дают стечь воде и, мелко нарезав, укладывают в эмалированную кастрюлю, добавляют измельченную зелень петрушки, укропа, перья лука. Все это солят, перемешивают, заливают горячей водой и кипятят 10 мин.

Затем, не охлаждая, перекладывают в горячие банки, закрывают крышками и стерилизуют 20 мин, после чего банки закупоривают и дают остыть в воде, в которой они стерилизовались. На 2 пол-литровые банки нужно: щавеля — 750 г, зеленого лука — 150 г, зелени укропа — 10 г, зелени петрушки — 10 г, соли — 10 г, воды — 300 г.

Существует и такой способ заготовки щавеля впрок. Листья моют, нарезают ножом из нержавеющей стали или с помощью овощерезки, перемешивают с солью (10 % к весу сырья) и укладывают в горячие, стерилизованные в духовке или над кипящим чайником стеклянные банки. Поверх щавеля в банки насыпают еще слой соли и тотчас закатывают ме-

таллическими крышками или закрывают полиэтиленовыми.

Консервируют щавель и без добавления соли. Целые или резаные, хорошо вымытые листья выдерживают 5 мин в кипящей воде, сразу же укладывают в горячие банки и стерилизуют 1 ч в кипящей воде, после чего закатывают металлическими крышками.

Можно пользоваться специальными банками для домашнего консервирования со стеклянными крышками. Законсервированный таким образом щавель не требует дополнительной стерилизации. Его хранят в холодильнике или где-либо в холодном месте.

Щавель сушеный. Листья щавеля промывают, нарезают полосками, раскладывают тонким слоем на чистой белой бумаге в хорошо проветриваемом помещении. Хранят в закрытой посуде.

Хранение лука, чеснока

Лук для хранения обязательно перебирают, хорошо подсушивают, складывают в ящики и размещают в самом сухом уголке помещения.

Можно рассыпать луковицы на полке слоем в 30—40 см, покрыв сверху сухой шелухой.

Для ежедневного употребления лук сплетают в косы и подвешивают в кухне у плиты.

В комнатных условиях хорошо хранится лук-севок. Чем острее лук, тем лучше он сохраняется.

Оптимальная температура хранения для лука — около 0 °С, относительная влажность хорошо проветриваемого помещения не должна превышать 50—65 %.

Недозревший или мелкий лук можно засолить. Для этого его очищают от шелухи, промывают в холодной воде, закладывают в банку или эмалированную кастрюлю, добавляют несколько горошин душистого перца, лавровый лист и заливают 10-процентным рассолом. Посуду закрывают деревянным кружком с гнетом и выдерживают при комнатной температуре около недели. Хранят в прохладном месте.

Солят и перья лука: нарезают кусочками длиной 2—3 см, плотно укладывают в посуду, пересыпают солью (5—7 % от веса лука), добавляют душистый перец, лавровый лист и выдерживают 2—3 недели под гнетом.

Лук сушеный. Луковицы режут на кружки толщиной 3—4 см, разбирают на колечки и сушат на сите при температуре 60 °С 3—4 ч в хорошо вентилируемом месте. Хранят в плотно закрытой посуде.

У лука-порея для сушки используют длинную цилиндрическую луковицу — «ножку». Удаляют верхнюю рубашку и разрезают луковицы поперек, при этом получаются кружочки, которые при сушке распадаются на кольца. Хорошо высушенный лук имеет белый или желтоватый цвет.

Сохранить чеснок в домашних условиях нелегко, но возможно. Головки чеснока помещают в открытую стеклянную посуду и пересыпают их солью. Долго сохраняется чеснок в герметически закрытой стеклянной банке, если его дольки мелко нарезать и растереть с солью (в одинаковой пропорции).

Чеснок, пересыпанный луковой шелухой, можно хранить в мешочке из плотной ткани, повесив его в прохладном месте.

Зелень чеснока хорошо сохраняется на нижней полке холодильника. Предварительно ее перебирают, но не моют. Складывают в полиэтиленовый пакет и добавляют туда одну-две неочищенные луковицы, разрезанные на четыре части. Каждые 4—5 дней зелень надо выкладывать из пакета, протирать его насухо и заменять лук на свежий (а тот, что был в пакете, использовать в пищу).

Заготовка грибов

Сушка грибов. Грибы очистить от сора, обрезать корешки, отделить шляпки от ножек. Крупные шляпки разрезать на части. Грибы, предназначенные для сушки, не моют.

Нанизав шляпки и ножки грибов на тонкие прутики или лучинки, уложить их поперек противня так, чтобы они не касались друг друга. Под концы прутиков подложить брусочки. Сушить грибы следует на

малом огне, при невысокой температуре. Дверца духовки все время должна быть приоткрыта, чтобы испарения не скапливались внутри и грибы сохли равномерно.

Досушивать грибы, снятые с прутиков, можно в алюминиевой миске на газовой конфорке, сверху которой необходимо положить подставку из асбеста.

Чрезвычайно прост способ сушки грибов в холодильнике. Для этого достаточно разложить очищенные грибы на листы бумаги и слоями разместить в нижней части холодильника. А через полторы-две недели вынуть их оттуда и положить на хранение. При сушке холодом грибы получаются более мягкими.

Хранить сушеные грибы можно в плотно закрытом сосуде или нанизанными на нитку в сухом месте. Не рекомендуется держать их рядом с продуктами, обладающими резким запахом или содержащими влагу (лук, чеснок, фрукты, творог).

Соление грибов. Известны три способа соления грибов: сухой, холодный и горячий. При *сухом* способе грибы солят в бочке: на ее дно кладут соль и специи, а затем рядами сырые грибы (едкие предварительно вымачивают), пересыпая их солью. Наполнив бочку, сверху грибы посыпают специями и закрывают крышкой и гнетом. Через 2—3 дня, когда грибы дадут сок и осядут, специи отодвигают и добавляют новую порцию грибов. И так, пока бочка не наполнится.

Холодный засол отличается от сухого тем, что в бочку кладут не всю необходимую на количество грибов соль, а только часть ее, добавляя остальную в виде холодного раствора.

Когда нет условий для вымачивания грибов, их засаливают *горячим* способом: отваривают, обдают холодной водой и солят с добавлением специй.

Засаливают все съедобные пластинчатые грибы, реже — белые и подосиновики.

Перед засолкой грибы замачивают в холодной подсоленной воде, меняя ее несколько раз. Сыроежки не замачивают.

Ломкие грибы (сыроежки, белянки, зеленушки) лучше солить горячим способом. После 5—8-минутной варки мякоть этих грибов становится эластичной, нехрупкой.

При холодном способе засолки рыжики, особенно еловые, сильно темнеют, поэтому их рекомендуется солить горячим способом — они получаются плотными, нарядными и желтыми.

Листья и корни хрена, положенные в грибы при засолке, не только придают им пряную остроту, но надежно защищают от порчи. Зеленые веточки черной смородины делают грибы ароматными, а листья вишни и дуба — аппетитно хрустящими и крепкими.

Засоленные любым способом грибы можно употреблять в пищу, когда они пройдут период ферментации: рыжики — через 7—10 дней, грузди, подгруздки — через 30—35, белянки — через 40, прочие — через 50—60 дней.

Грибной порошок. Его готовят из белых грибов, маслят, подберезовиков, зеленок. Грибы режут на пластинки толщиной 0,5 см и провяливают на солнце, затем досушивают на плите или в печи. Сухие грибы размалывают в кофемолке или мельнице для перца, перетирают в металлической ступке (чем мельче частицы порошка, тем лучше он растворяется и усваивается).

Грибной порошок гигроскопичен, поэтому хранить его рекомендуется в закрытых банках или бутылках в сухом прохладном и темном месте.

Используют как приправу к борщам, супам, соусам. Для этого порошок смешивают с небольшим количеством теплой воды и оставляют на 30 мин, чтобы вода впиталась, после чего добавляют в пищу и варят 15—20 мин.

Тыква, баклажаны, арбузы, дыни — на зиму

Тыкву хранят при температуре +1...+14 °С. В прохладном месте, накрытая соломой или сеном, она сохраняется несколько месяцев.

Баклажаны для хранения и переработки отбирают спелые (фиолетовой окраски, без светлых пятен), с упругой мякотью, без повреждений, следов плесени, загнивания, подмороженности. Для дли-

тельного хранения в большом количестве их складывают в прохладном (нежилом) помещении в виде пирамиды таким образом, чтобы плоды каждого последующего слоя были помещены в промежутках (воткнуты черенками) между плодами предыдущего слоя. Пирамиду закрывают мешком. Дней через 10 баклажаны перебирают, удаляют загнивающие плоды. Вторично их пересматривают в ноябре. С наступлением сильных холодов закрывают чистой сухой соломой или теплым одеялом.

В небольшом количестве баклажаны можно хранить в ящике обернутыми газетой, а еще лучше засыпанными золой или толченым углем.

Арбузы и дыни хранят в закрытом помещении, разложив на полках в один ряд хвостиками кверху так, чтобы плоды не соприкасались. Температура хранения — не выше +5 °С.

Некоторые сорта дынь можно сохранить на зиму, если держать их в холодном помещении в подвешенном виде (причем там не должны находиться другие фрукты и овощи).

Длительно хранить свежие арбузы не удается, поэтому их солят спелыми и полуспелыми.

Для засолки лучше брать арбузы поздних сортов с тонкой коркой, мелкие и средние. Поврежденные, переспелые или подмороженные плоды не годятся для соления. Предварительно арбузы моют, удаляют плодоножки, затем укладывают в посуду и заливают рассолом Сверху кладут деревянный кружок и гнет. Готовы арбузы будут через 2 месяца.

Чтобы ускорить процесс засолки арбузов, их накалывают спицей (6—8 наколов в разных местах). Рассол готовят из расчета 400—500 г соли и 5 л воды на 10 кг арбузов. Плесень периодически удаляют. Лучше всего хранить засоленные арбузы при температуре 0...+3 °С.

Известен способ засолки арбузов с использованием соломы, ошпаренной кипятком. Ею перекладывают арбузы.

Чаще всего арбузы солят в рассоле или в массе из мякоти измельченных переспелых арбузов. На 10 кг арбузов берут 7 кг массы и 350 г соли. Готовят и такой рассол для заливки арбузов: в ведре воды раство-

ряют 1 стакан соли и 2 стакана сахара. В качестве пряностей используют смородиновый лист.

Из арбузов несложно приготовить арбузный мед. Для этого арбузы моют, разрезают на 4 части над тазом, чтобы не пропадал сок, выбирают ложкой мякоть, кладут ее в салфетку и отжимают под грузом. Собранный сок уваривают в тазах для варенья. Его доводят до кипения, не переставая помешивать, горячим процеживают через 3—4 слоя марли и снова варят: сначала — на сильном огне, затем — на слабом. При этом снимают шумовкой красноватую пену, как при варке варенья. Готовый сироп должен быть густым, коричневого цвета, сладким и ароматным.

Точно так же можно сварить мед из дыни. Сок уваривают до получения густого сиропа.

Заготовка и хранение яблок, груш

Яблоки долго будут крепкими и свежими, если, укладывая их на хранение, протереть каждое тряпочкой, смоченной глицерином.

Хорошо сохраняются яблоки, пересыпанные чистыми древесными опилками или стружками (от древесины лиственных пород), а также обернутые — каждое в отдельности — бумагой.

Яблоки моченые. Отбирают крепкие, здоровые плоды, тщательно моют, обтирают. Ошпаривают кипятком чистую кадку, на дно ее укладывают слой листьев черной смородины и вишни (тоже вымытых и ошпаренных кипятком), затем — слой яблок плодоножками кверху, снова слой листьев и опять слой яблок. Так, чередуя слои, заполняют кадку доверху. Затем готовят сладкую воду для заливки яблок: кипятят воду с сахаром и солью (на 10 л воды — 400 г сахара и 3 столовые ложки соли), охлаждают, заливают яблоки, накрывают кадку деревянным кружком и кладут гнет таким образом, чтобы уровень воды был на 3—4 см выше деревянного кружка. В первые дни доливают воду, чтобы уровень этот оставался неизменным — яблоки быстро впитывают влагу. Кадку выносят в прохладное место. Через 30—40 дней яблоки готовы.

Для замачивания кроме деревянных кадок и бочек можно использовать эмалированные кастрюли, бачки, ведра и т. д. Посуду моют горячим содовым раствором и тщательно ополаскивают кипятком.

Шинкованные яблоки в собственном соку. Кислые яблоки натирают на терке с крупными отверстиями и тотчас смешивают с сахарным песком (100 г сахара на 1 кг яблок), полученную массу расфасовывают в пол-литровые банки, накрывают простерилизованными крышками и погружают в кипящую воду для стерилизации. При нагревании, когда сахар в банках растворится и количество массы уменьшится, ее докладывают до верха. После 20-минутной стерилизации (при слабом кипении) банки укупоривают и ставят для остывания кверху донышком. Шинкованные яблоки подают к пудингам, творожным запеканкам, кашам, оладьям и блинам.

Для быстрой заготовки яблок следует вскипятить сироп (2 л яблочного сока или воды на 0,5 кг сахара), опустить в него 2,5 кг яблок, нарезанных дольками. В течение 1—2 мин кипятить, затем прокипяченной ложкой с дырочками вынуть яблоки из сиропа, переложить в ошпаренную трехлитровую банку и залить кипящим сиропом до верха. Закрытую крышкой банку закатать. Яблоки, приготовленные таким способом, сохраняют аромат, они хороши как начинка для пирога, вкусны и сами по себе, с молоком, сливками, сметаной.

◇ Лучше сохраняются зрелые плоды средней величины, без механических повреждений.

◇ Наибольшая продолжительность хранения большинства сортов яблок достигается при нулевой температуре.

◇ При хранении фруктов необходимо поддерживать влажность воздуха 85—90 %. Если она ниже 80 % — плоды быстро увядают. Повышенная влажность способствует развитию грибковых болезней. Для поддержания оптимальной влажности воздуха в местах хранения фруктов устанавливают емкости с водой.

◇ Нельзя хранить яблоки вместе с другими про-

дуктами, обладающими сильным запахом (луком, чесноком, картофелем, хреном).

◇ Применение торфяной крошки, полиэтиленовой пленки, бумаги, пропитанной минеральными маслами, также позволяет удлинить сроки хранения яблок и груш.

◇ Длительно могут храниться следующие сорта яблок: Осеннее полосатое, Антоновка обыкновенная, Жигулевское и Минское — 3...5 месяцев,Ауксис, Коштеля — 4...5, Пепин шафранный, Полесское, Память Сикоры, Уэлси, Бойкен, Лобо — 6...7, Антей, Белорусское малиновое, Бананowое, Заря Алатау, Норис, Ранет минский, Спартан, Белорусский синап — 7...8, Озимое, Лошицкое, Несравненное, Стойкое — 4...7 месяцев.

Из сортов груш для длительного хранения пригодны бере зимняя Мичурина, бере Победа, Белорусская поздняя.

Как дольше сохранить лимоны, апельсины

Лимоны и апельсины долго сохранятся свежими, если их смазать растительным маслом, положить в целлофановый мешочек и держать в прохладном месте.

Можно сохранить лимоны следующим образом: Сняв с них кожуру, сложить целыми или дольками в стеклянную банку, пересыпая сахаром. Банку наполняют до краев, плотно заворачивают в бумагу и ставят в темное прохладное место.

Заготавливают лимоны и с кожурой. Отбирают свежие неповрежденные плоды, нарезают их очень острым (из нержавеющей стали) ножом круглыми ломтиками и толщиной 5—6 мм, стараясь не повредить мякоть. Ломтики укладывают горизонтально в стеклянной банке, пересыпая сахаром (на 1 кг лимонов — 1 кг сахара). Заполненные банки держат в течение недели при комнатной температуре, время от времени переворачивая ломтики, чтобы сахар быстрее растворился и распределился равномерно. Затем банки с лимонами ставят в холодильник, где они могут храниться до полугода.

Лимон долго сохранится свежим, если положить его в банку с водой и менять воду 1—2 раза в день. Но лучше всего лимоны сохранять в сухом песке. Песок высушивают на солнце или в духовке и насыпают в ящик слоем в 5—6 см. В него укладывают лимоны так, чтобы они не касались друг друга.

Можно заготовить впрок также цедру лимонов и апельсинов, в которой содержится большое количество витамина С. Фрукты ополаскивают горячей водой, а затем теркой или ножом снимают цедру на тарелку, мелко рубят, добавляют сахар из расчета 1 столовая ложка на цедру 10 плодов. Полученную массу складывают в банку и добавляют при надобности в варенье, тесто, кисель, компот, чай.

Лимоны, завернутые в папиросную бумагу, останутся свежими несколько месяцев, если хранить их при температуре +6...+7 °С.

Чтобы сохранить разрезанный лимон, его кладут на блюдце надрезанной стороной вверх и накрывают стаканом или наливают в тарелку немного уксуса и кладут лимон надрезанной стороной вниз.

Чтобы освежить засохшие лимоны или апельсины, их опускают на минуту в кипящую воду и заворачивают в полотенце. Развертывают ткань, когда плоды совсем остынут.

Лимон даст больше сока, если предварительно его «обработать», то есть обкатать на ровной поверхности, легонько нажимая пальцами на кожуру, или окунуть его на несколько минут в горячую воду.

Если требуется несколько капель лимонного сока, достаточно проколоть лимон глубоко толстой иглой и выдавить нужное количество сока. Затем прокол заткнуть кусочком спички — лимон сохранит свою свежесть.

Прежде чем нарезать лимон, следует обдать его кипятком — аромат лимона усилится.

Если положить на батарею мелко нарезанные лимонные корки, в комнате распространится приятный аромат.

Цедру лимона используют для выпечки печенья и пирогов.

Консервирование продуктов замораживанием

Фрукты, овощи, зелень, быстро замороженные в домашнем холодильнике, сохраняют свои исходные качества лучше, чем при любом другом способе консервирования.

Сначала овощи, кроме томатов, а также персики, груши, яблоки бланшируют. Затем охлаждают на воздухе, плотно укладывают в формочки для замораживания и ставят в морозильник на 3—5 ч. После полного промерзания продукта формочки вынимают из холодильника, переворачивают и ставят под струю воды, чтобы замороженные брикетики быстрее выпали из формочки. Брикетики сразу же обертывают пленкой и помещают в морозильник на хранение. Во время оттаивания холодильника замороженные продукты вынимают и укутывают в мешковину с ватной прослойкой, чтобы продукты не подтаяли.

При замораживании укропа и другой пряной зелени их промывают, бланшируют 1 мин в кипящей воде, затем вынимают, дают стечь воде, охлаждают, плотно наполняют формочки и ставят в морозильник.

Коренья пряных растений очищают, нарезают на мелкие кусочки, бланшируют 0,5 мин в кипящей воде, затем охлаждают и замораживают россыпью, чтобы они не смерзлись вместе.

Зеленый лук очищают и моют, нарезают поперек длиной 5—10 мм, бланшируют 0,5 мин в горячей воде, плотно укладывают в формочки и замораживают в общий брикет. Можно замораживать для хранения и обжаренный лук.

Цветную капусту, очищенную и разделенную на мелкие соцветья, бланшируют в кипящей воде 2—3 мин с добавлением 1 % соли. Охлаждают, плотно укладывают в формочки и замораживают.

Свежие огурцы моют, режут на кружки толщиной 2—3 мм, затем плотно укладывают в формы или прямоугольные картонные коробки и замораживают.

Сухие ягоды замораживают без упаковки, разложив их на тарелке в один слой и поместив в моро-

зильник. Замороженные ягоды укладывают в картонные коробки и закрывают, чтобы не вымораживалась влага.

Перезрелые, увлажненные ягоды расфасовывают в формы, выстланные целлофаном, и замораживают. Малину перед замораживанием можно посыпать сахарным песком. Чернику, голубику, клюкву, бруснику, смородину замораживают россыпью в тарелках и хранят в морозилке в картонных коробках или целлофановых мешочках.

Маринады

Маринады готовят из белокочанной, краснокочанной, цветной капусты, огурцов, кабачков, зеленых и красных помидоров, грибов, фасоли, а также из ягод и фруктов.

Качество маринадов во многом зависит от уксуса. Наиболее вкусны маринады, приготовленные на виноградном уксусе или на уксусе, настоянном на ароматических травах. Крепкий, 6-процентный уксус разводят наполовину водой, после чего добавляют пряности (лавровый лист, кориандр, мускатный орех, душистый и горький перец, корицу, гвоздику), соль и сахар. Все это кипятят и дают остыть.

Подготовленные овощи, фрукты и ягоды укладывают в стеклянные банки и заливают холодным маринадом.

Чтобы избежать плесени, поверх маринада наливают тонкий слой растительного масла и закрывают банку пергаментной бумагой, намоченной в водке. Хранить маринады следует в сухом прохладном месте.

На 1 л уксуса требуется столовая ложка специй. Их опускают в уксус в марлевом узелке и кипятят. Перед тем как залить уксус в приготовленные банки с овощами, фруктами или ягодами, вынимают из него узелок со специями, развязывают и распределяют специи по банкам, которые затем заливают уксусом и закрывают. Закрывая банки металлическими крышками, надо следить, чтобы уксус не касался крышки, а поэтому нельзя наливать банки доверху.

Маринованная свекла. Заготовив ее впрок, вы в любой момент будете иметь под рукой гарнир к горя-

чим и холодным мясным и рыбным блюдам. Она выручит хозяйку при приготовлении свекольника, борща, винегрета, салата.

Готовить ее надо так: вареную или печеную свеклу очистить, нарезать кусочками и уложить в стеклянную банку. На 1 л воды положить 6—8 горошин черного перца, лавровый лист, 3—6 гвоздик, уксус, соль и сахар по вкусу. Все это перекипятить и, остудив, залить свеклу. Хранится маринованная свекла довольно долго.

Свекольный рассол применяют для приготовления борща: красную свеклу очищают, разрезают пополам, складывают в стеклянную посуду, заливают теплой кипяченой водой, кладут корку черного хлеба и ставят в теплое место. Через 4—5 дней рассол помещают в холодильник или погреб и используют по мере надобности.

Еще одна добавка к борщу: 2—3 печеные свеклы мелко шинкуют, заливают рассолом по вкусу и ставят на час в теплое место.

Маринованная морковь. Молодые корнеплоды освобождают от ботвы, моют, вырезают поврежденные места и бланшируют в подсоленной воде 2—5 мин (в зависимости от толщины моркови). Затем морковь разрезают на кусочки (можно фигурные), укладывают в стеклянные банки и заливают маринадом.

На 10 кг заливки берут 600—900 г сахара, 500 г соли, 150—250 мл уксусной эссенции. Воды доливают до общей массы заливки 10 кг. Эссенцию добавляют в последнюю очередь. В каждую банку кладут лавровый лист, несколько горошин черного и душистого перца, корицу, гвоздику по вкусу. Поллитровые банки стерилизуют 15—16 мин в кипящей воде.

Маринованная капуста. Кочаны очищают от верхних зеленых листьев, шинкуют, укладывают в эмалированную кастрюлю, солят (2 % соли от массы капусты), перемешивают, но не перетирают. Через 2 ч раскладывают в трехлитровые банки, предварительно положив на дно черный перец горошком, лавровый лист,

укроп, петрушку. Затем заливают горячим маринадом: на 10 кг маринадного раствора — 400...600 г соли, 600 г сахара, 180—250 мл уксусной эссенции, которую добавляют непосредственно перед заливкой в банки. Банки закрывают металлическими крышками, стерилизуют 20—30 мин и закатывают.

Маринованная фасоль. Подготовленную фасоль погружают в кипящую воду на 3—5 мин, охлаждают в холодной воде и заливают горячим маринадом. На 10 литровых банок требуется 7 кг фасоли и 3 л маринадного раствора. Затем банки пастеризуют 25 мин при 85 °С и укупоривают.

Маринованные патиссоны. Используют только здоровые, некрупные плоды с нежной кожицей. Их моют мягкой щеткой, отрезают плодоножку с частью мякоти (не больше 1 см), погружают на 5 мин в кипящую воду и быстро охлаждают в холодной. Укладывают в банки: мелкие — целиком, крупные — разрезав на равные доли. На дно банки и поверх плодов кладут мелко нарезанную зелень петрушки, мяты, хрена, сельдерея, а дольки патиссонов пересыпают укропом, чесноком, стручковым красным перцем. На литровую банку маринада пойдет 500—600 г патиссонов, 10—15 г укропа, один стручок красного перца, мелко порезанный, 4—5 долек чеснока. Для маринадной заливки на 10 литровых банок патиссонов потребуется 3,5 л воды, 300 г соли, 0,05—0,06 л 6-процентного уксуса. Стерилизуют литровые банки с патиссонами 10—15 мин.

Маринованный чеснок. Развитые, крепкие головки чеснока очищают от корневой мочки и шелухи, кладут на полчаса в кипяченую воду, а затем промывают в проточной. Укладывают в банки и заливают предварительно процеженным остывшим маринадом: на 1 кг чеснока берут 600 г воды, по 30 г соли и столового уксуса. На дно банки и сверху кладут стебли и соцветия укропа. На 10—14 дней оставляют чеснок при комнатной температуре, чтобы перебродил. По мере надобности доливают банку доверху маринадом, приготовленным в такой пропорции: на 0,5 л воды — по 10 г соли и уксуса. Хранят маринованный чеснок в прохладном месте.

Маринованный лук. Для маринования целиком пригоден мелкий лук — выборок или севок сладких или полусладких сортов. Крупные луковицы разрезают пополам или на четвертинки. Лук очищают, отрезают корневую часть и удаляют шейку. Затем моют в холодной воде и бланшируют 2 мин, после чего раскладывают в банки и заливают маринадом (5—9 % сахара, 5,5 % соли, 1,2—2,6 % уксусной эссенции). Добавляют в маринад пряности — лавровый лист, хрен, черный перец горошком, семена белой горчицы. Банки стерилизуют 8—10 мин, затем закатывают.

Засолка сладкого перца. Его можно заготовить впрок в соленом виде с пряностями и без них, зафаршировать или засолить с огурцами, помидорами, при этом перец должен составлять примерно $^1/_5$ всех овощей. Перед засолкой стручки перца опускают на 2—3 мин в кипящую воду. Без пряностей его заливают рассолом — 7-процентным раствором соли, для чего 700 г соли растворяют в ведре воды. Для засолки перца с пряностями применяют 6-процентный солевой раствор (600 г соли на ведро воды). В него можно добавить чеснок — 2 г, лавровый лист — 15 листиков, перец душистый — 10 горошин (из расчета на 10 кг перца 10 л воды). Из воды, соли и пряностей варят рассол, охлаждают, фильтруют и заливают им перец.

Фаршированный перец. Для 10 кг перебранного, вымытого в холодной воде перца готовят фарш из 2,5 кг петрушки, 1,3 кг сельдерея, 4 кг моркови, 400 г лука. Понадобится еще 40 г сахара (4 чайные ложки). Можно положить и корицу (1,5 чайной ложки), 25 горошин черного перца. У петрушки и сельдерея используют только коренья. Их вместе с морковью выдерживают 3 мин в кипятке, очищают от кожицы, нарезают столбиками, лук режут кружочками, солят по вкусу (примерно 200 г соли на 10 кг фарша), перемешивают, обжаривают в масле и начиняют перец. Фарш закладывают через продольный разрез, который делают на плодах перца. Семена и плодоножки не удаляют. Опускают в кипяток на 2—3 мин пучок сельдерея, а затем обвязывают им каждый нафаршированный плод. Подготовленный

таким образом перец плотно укладывают в посуду для засолки, закрывают салфеткой, сверху кладут деревянный круг, гнет и заливают рассолом из воды, соли и пряностей.

Фаршированные баклажаны. Хорошо вымытые баклажаны бланшируют, то есть погружают на 5 мин в кипящий рассол (500 г соли на ведро воды), охлаждают, режут вдоль, не доходя до плодоножки, начиняют заготовленным фаршем, перевязывают ниткой, плотно укладывают в тару и заливают рассолом (400 г соли на ведро воды) либо томатной заливкой, приготовленной из отбракованных при сортировке помидоров,— на 10 кг баклажанов ее потребуется 7 кг. В заливку можно добавить 25 г лаврового листа. Фарш готовится из отварной моркови (1,5 кг), корня петрушки (1 кг), сладкого перца (0,5 кг), чеснока (200 г). Их режут, перемешивают, солят и перчат по вкусу. Через 35 дней баклажаны будут готовы к употреблению. Салфетку, кружок и гнет надо периодически промывать, чтобы не появилась плесень.

Еще делают так. Подготовленные баклажаны хорошо вымачивают в подсоленной воде, чтобы исчезла горечь. Потом промывают холодной водой, насухо вытирают и обжаривают на растительном масле, после чего наполняют фаршем. Для приготовления 5 кг фарша потребуется 4 кг нарезанной соломкой и обжаренной моркови, 200 г нашинкованного и обжаренного сельдерея, 200 г мелко нарезанных и обжаренных кореньев петрушки, 0,5 кг нарезанного кольцами и обжаренного лука, 100 г соли. На каждом баклажане делают продольный разрез, куда заталкивают фарш. Потом баклажаны укладывают в банки. Заливку делают из томатного сока или томата-пюре, разбавленного водой, которые уваривают до консистенции соуса. Любители острых блюд могут приправить заливку красным перцем. Стерилизуют 1 ч 20 мин с момента кипения воды. После охлаждения и укупорки банки выносят на холод.

Ягоды впрок

Сок из рябины. Плоды рябины — настоящая кладовая витаминов. Витамина С в ней больше, чем

в лимонах. Есть в рябине и витамин Р, каротин, органические кислоты, сахар, дубильные вещества. Весной и зимой, когда не хватает витаминов, сушеные или консервированные плоды могут восполнить этот недостаток.

В черноплодной рябине содержатся те же витамины, что и в обыкновенной, а также фосфор, медь, марганец, магний, железо, йод.

Дикая лесная рябина да и многие садовые сорта горчат. Доброкачественный сок можно получить из невеженских, моравских сортов, мичуринских — Бурка, Десертная и черноплодная рябины. Для приготовления сока плоды отделяют от кистей, бланшируют в кипящей воде 2—3 мин и сразу же, пока они горячие, протирают через сито. Еще лучше пропустить рябину через соковыжималку. В готовый сок добавляют кипящий сахарный сироп (250 г сахара на 1 л воды или яблочного сока). Для садовых сладкоплодных рябин сироп и сок берут в равных количествах, для черноплодной — на 2 стакана сока 1 стакан сиропа. Смесь кипятят 1 мин, разливают в банки или бутылки, ошпаренные кипятком, и закупоривают.

Заготовка рябины для киселей и компотов. Отобранные, тщательно вымытые плоды рябины укладывают в чистые банки, заливают кипящей водой или кипящим рябиновым соком: трехлитровые банки не доливают до верха на 3 см, литровые — 1,5...2 см. Банки прикрывают металлическими крышками и стерилизуют в кипящей воде: литровые — 10 мин, двухлитровые — 15 мин, трехлитровые — 20 мин. После этого банки закупоривают.

Заготовка калины. Калину моют, обсушивают и отжимают, но не сильно, чтобы в сок попало как можно меньше горечи из кожицы. Сок смешивают с сахаром (1 : 1), разливают в банки и закрывают бумагой или полиэтиленовыми крышками. Хранят при температуре +1...—1 °С.

Еще один рецепт. В приготовленные банки кладут калину (1 кг) и засыпают ее сахаром (0,5—0,7 кг) так, чтобы и сверху был его слой. Закрывают банки крышками и хранят при температуре +1...—5 °С.

Гроздья калины, собранные в пучок, можно подве-

сить в холодном месте, где с наступлением морозов она замерзнет. Или насыпать спелую ягоду в бочку, залить водой и поставить в холодное место. Зимой очень вкусны сладкая каша или тыква, томленные в печи с мороженой калиной и медом.

Сушеную калину используют для заварки чая.

Клюква впрок. Зрелые и неповрежденные ягоды до весны можно держать на балконе. До наступления холодов ее кладут в воду. С наступлением морозов воду сливают, а замороженные ягоды перекладывают в корзину.

Маринад из брусники. Маринованная брусника хороша в сочетании с грушами или яблоками. На 1 кг ягод берут 0,5 кг яблок или груш, разрезают на 4 части, бланшируют в кипящей воде (груши — 4...5 мин, яблоки — 1...2 мин) и охлаждают в холодной воде. Их можно перемешать, а можно переложить в банку рядами.

Сироп готовят из расчета 2,5 стакана воды (630 г), 120 г столового уксуса, 10 столовых ложек сахара, $^1/_3$ чайной ложки соли. Из пряностей кладут корицу, гвоздику, душистый перец. Сироп (без уксуса) кипятят в эмалированной посуде, а потом добавляют уксус. Если влить его раньше, при кипячении он улетучится. Вместо столового уксуса можно взять уксусную эссенцию — всего 15 г, причем в сироп в этом случае необходимо добавить еще два стакана (400 г) воды. Маринад охлаждают и заливают в банки. Литровые банки пастеризуют 15 мин, двухлитровые — 25 мин, трехлитровые — полчаса или стерилизуют в кипящей воде в течение 3 мин от начала кипения и закатывают.

Мармелад из крыжовника. Спелые, хорошо промытые ягоды крыжовника кладут в таз, заливают водой (1—2 стакана на 1 кг ягод) и варят на малом огне, помешивая и растирая деревянной ложкой до тех пор, пока пена не соберется к центру таза. После этого массу перетирают через сито, чтобы отделить зернышки.

На 1 кг пюре берут 600—800 г сахара и снова варят до загустения массы. Воды добавляют 1—2 ста-

кана на 1 кг ягод. Готовый мармелад раскладывают по формам и хранят закрытым в прохладном месте.

Ягоды в собственном соку. Их можно делать совсем без сахара или класть его небольшое количество — для вкуса.

Ягоды перебирают, промывают и кладут в кастрюлю, предварительно налив в нее немного воды (на 2—3 см). Закрыв плотно крышкой, нагревают и кипятят 2—3 мин, после чего ягоды вместе с образовавшимся соком выливают в стеклянную банку, предварительно вымытую и ошпаренную кипятком, герметически укупоривают и, перевернув, охлаждают. Стерилизовать не надо. На литровую банку достаточно 650—700 г ягод.

Если ягоды консервируют с сахаром (а лучше с сахарной пудрой), то на литровую банку его берут 100—150 г. Ягоды засыпают сахаром и стерилизуют в банке при температуре 100 °С в течение 5 мин (малину, землянику и клубнику — 3 мин), после чего банки укупоривают.

Хранить плодово-ягодные консервы рекомендуется в сухом прохладном месте, не допуская их замерзания.

Если крышка вздулась, а сироп помутнел и появилась плесень, компот есть нельзя.

При правильном консервировании потери витаминов минимальны. В законсервированных плодах удается сохранить до половины содержащегося в них витамина С, а потери каротина и витаминов группы В, как правило, не превышают 20 %. Минеральные соли в ягодах и фруктах, а также в овощах сохраняются полностью.

Смородина в собственном соку. Красную или черную смородину очищают, промывают, обсушивают. Раскладывают в простерилизованные банки, слегка пересыпая сахаром (на литровую банку — не менее 4—5 чайных ложек сахара, можно и больше). Накрывают крышками, стерилизуют 15 мин и закатывают.

Свежие ягоды без сахара в бутылках. Так можно консервировать смородину черную, красную или белую, чернику, землянику, малину, крыжовник, виш-

ню, черешню, бруснику, клюкву, ежевику.

Ягоды промывают охлажденной кипяченой водой, перебирают, удаляют веточки, дают стечь воде. Заполняют ягодами простерилизованные широкогорлые бутылки, сильно встряхивая, чтобы в бутылке поместилось как можно больше ягод, ниже отверстия оставляют около 2 см свободного пространства. Бутылки не плотно закрывают прокипяченными пробками (не вдавливая их) и стерилизуют в течение 20 мин с момента кипения воды. Затем бутылки плотно закупоривают, охлаждают и хранят в прохладном месте.

Пюре из свежих ягод. Землянику, черную смородину, малину моют, перебирают, удаляют веточки, дают стечь воде и протирают через волосяное сито в эмалированную, фаянсовую, фарфоровую или стеклянную посуду (неокисляющуюся). Перемешивают с сахаром (1 : 2,5) и ставят на 6 ч в холодное место. Периодически помешивают. Затем перекладывают в подготовленные бутылки, оставляя ниже отверстия около 4 см, и закупоривают пробками.

Желе из смородины и малины. Ягоды моют, перебирают, удаляют веточки и разминают. Добавляют 0,5 л воды и варят около 5 мин. Отжимают сок, добавляют в него сахар (на 1 л сока — 800 г сахара), перемешивают деревянной ложкой до получения прозрачного сиропа и продолжают варку, часто помешивая и снимая пенку, образующуюся на поверхности. Желе готово, когда капля сока на холодном блюдце застывает. Горячее желе разливают в банки и закрывают полиэтиленовыми крышками. Хранят в прохладном месте.

Сырое желе из красной смородины. Отжимают сок красной смородины и перемешивают с сахаром (1 л сока — 1 кг сахара) до полного растворения. Разливают в простерилизованные банки, закрывают полиэтиленовыми крышками. Хранят в прохладном месте.

Свежая черная смородина. Сварить сироп (стакан сахара на стакан воды). Каждую веточку смородины обмакнуть в него, уложить на блюдо и подсушить

в нежаркой духовке. Ягоды сложить в банку, завязать, хранить в сухом месте.

Сушка фруктов и ягод

Яблоки и груши. Для сушки пригодны осенние и некоторые летние сорта яблок (Апорт, Антоновка обыкновенная, Пепин литовский, Титовка осенняя и др.). Груши лучше сушить те, которые содержат немного твердой ткани: Бергамот, Лесная красавица, Бессемянка, Лимонка, Ильинка, мичуринские сорта. Перед сушкой плоды моют, сортируют. Мелкие сушат целиком, крупные — режут на половинки и четвертинки. При сушке груш, обработанных солевым раствором и сернистым газом, с них обязательно снимают кожицу. Яблоки нарезают кружками, дольками, четвертинками или половинками.

Ставят сушить яблоки и груши по отдельности. Чтобы сухофрукты не потемнели, нарезанные яблоки выдерживают в течение 3 мин в 1,5-процентном солевом растворе (150 г соли на ведро воды) или 2 мин — в 0,1-процентном водном растворе сернистой кислоты (1 г кислоты на 1 л воды). Можно окуривать яблоки серой в течение 10 мин (2 г серы на 1 кг яблок). Груши погружают на несколько минут в 2-процентный кипящий раствор каустической соды с последующей тщательной промывкой под краном или душем.

Яблоки и груши сушат в печи или духовке при температуре 85 °С. Каждые 1,5—2 ч плоды вынимают из печи и перемешивают. В конце сушки поддерживают температуру 50—55 °С. О готовности яблок можно узнать по их плотности. Если кружочки не раздавливаются при нажиме на них пальцем, значит, они готовы. Груши после сушки должны быть мягкими и эластичными. Иногда на них образуется легкий белый налет — это допустимое явление. Яблоки сохнут неравномерно, поэтому их сначала укладывают в ящики и выдерживают там 2 недели, чтобы они приобрели одинаковую влажность, и уж потом упаковывают на длительное хранение.

Можно нанизать яблоки на суровую нитку, провялить их на солнце, а досушить в духовке.

Сушеные плоды впитывают в себя не только влагу, но и посторонние запахи. Поэтому хранить их

надо либо в полиэтиленовых пакетах, завязанных или заклеенных, либо в стеклянных банках, закрытых крышками.

Груши при упаковке нужно прессовать — это способствует их лучшей сохранности.

Если на сушеных яблоках появятся личинки моли, яблоки надо перебрать и прогреть 5—10 мин в духовке.

Сливы. Можно сушить перезрелые или зрелые сливы сортов Венгерка (итальянская, ажанская, обыкновенная), Анета, Голджи черная, Екатерининская, Сочинская. Снятые для сушки сливы надо обязательно сортировать по размерам. Плоды моют, по желанию бланшируют (для ускорения сушки и улучшения качества) в 0,5-процентном растворе каустической соды (50 г на ведро воды) при температуре до 90 °С в течение полминуты, после чего быстро погружают в холодную воду и раскладывают для сушки. Сначала сливы, разложенные слоем в сита, провяливают на солнце, затем досушивают в печи или духовке при температуре не выше 55 °С. Через 3—4 ч, когда плоды начнут морщиться, их вынимают, перемешивают и охлаждают. Затем продолжают сушку при температуре 65—70 °С в течение 5 ч. После этого снова вынимают, охлаждают, перемешивают и досушивают при температуре 80—90 °С в течение 4—5 ч. Готовые сливы имеют синевато-черный цвет, блестящую кожицу. Косточка должна свободно перекатываться.

Алыча и ткемаль. Эти фрукты сушат так же, как и сливы. Сушеные алыча и ткемаль жестче слив, имеют кислый вкус.

Абрикосы. Для сушки отбирают зрелые, но еще твердые плоды. Их моют, сортируют, удаляя поврежденные и недозрелые. Целые высушенные плоды с косточками называют урюком. Перед сушкой их, как правило, окуривают серой (2 г серы на 1 кг абрикосов). Если абрикосы окурить в течение 2 ч серой, подвялить и удалить косточку, выдавив ее через прорез со стороны плодоножки, получится кайса.

Сушеные абрикосы без косточек, которые перед сушкой разрывают или разрезают на половинки и то-

же окуривают серой в течение 2 ч, называют курагой. Продолжительность сушки на солнце разрезанных плодов — 4...7 суток, целых — 5...8 суток.

Персики. Их сушат так же, как и абрикосы, с косточками, либо делают персиковую курагу или кайсу. Для сушки пригодны сладкие или кисло-сладкие сорта.

Вишня, черешня. Ягоды в дуршлаге опустить на 7 с в кипящий раствор (на 1 л воды $^1/_2$ чайной ложки пищевой соды) или 1—3 мин подержать над паром. Затем обдать холодной водой, уложить на металлические сита и поместить в духовку при температуре 50 °С. К концу сушки температуру надо повысить до 75 °С. Дверцу духовки держать все время приоткрытой. Сушка длится 8—10 ч. Время «потения» — 3...4 недели.

Виноград. Сушат его вполне зрелым, по возможности оставляя на кустах до полного увядания. Зрелые гроздья сортируют, удаляя подгнившие и поврежденные ягоды, и ставят сушиться в лотках на солнце или в тени, периодически переворачивая, в течение 3 дней. Хорошо высушенные ягоды должны легко отламываться от веточек. После сушки виноград провеивают на ветру, сгребая предварительно в кучки, и лишь потом укладывают для хранения. При сушке в тени получается продукт более высокого качества. Некоторые сорта винограда перед сушкой рекомендуется подвергать специальной обработке: 3—4 с подержать в кипящем щелочном растворе (10 г поташа и 5 г извести на 1 л воды). После этого ягоды тщательно промывают холодной водой.

Шиповник. Плоды сушат сразу после сбора (в сентябре — октябре, когда в них накапливается наибольшее количество аскорбиновой кислоты). Ягоды перемывают холодной водой, дают ей стечь, затем раскладывают на сита и ставят в печь или духовку. Сушат шиповник при температуре 50 °С. Продукт готов, если ягоды при надавливании ломаются на кусочки.

Хранить плоды шиповника лучше всего в стеклян-

ной посуде в темном месте, так как от действия солнечного света витамин С разрушается.

Не рекомендуется держать плоды шиповника в полиэтиленовом пакете — они могут заплесневеть. По этой же причине стеклянную банку нужно сверху завязывать марлей, а не закрывать плотно крышкой.

Настой шиповника хорошо добавлять в холодные супы, особенно фруктовые, а также в компоты и кисели.

Ягоды. Лучше всего сушить чернику, черную смородину, малину, ежевику, землянику, черемуху. Сушат их в печи или в духовке при невысокой температуре (при сушке на солнце они портятся). Продукция готова, когда из 10 кг свежих ягод получится 1—1,5 кг сушеных. Рябину собирают для сушки после первых заморозков. Сначала ее хранят в свежем виде на чердаке, развешивая кистями, и лишь потом уже сушат в печи при небольшой температуре.

◇ Если сушеные фрукты отсыреют или в них заведутся жучки, фрукты надо подсушить на противне в духовке или неделю подержать на морозе, а потом переложить в стеклянные банки и, плотно закрыв, поставить в сухое место.

◇ Сушеные фрукты перед приготовлением компотов моют в холодной, а не в горячей воде.

Чтобы сохранить витамины...

Хотя ежедневная потребность человека в витаминах определяется в милиграммах, все же для нашего здоровья и настроения они имеют огромнейшее значение. Недостаток витаминов в питании приводит прежде всего к приостановке роста, нарушениям зрения, заболеваниям кожи и слизистых покровов, нервной системы и т. д. Отсутствие витаминов в пище в течение длительного периода обусловливает возникновение серьезных заболеваний, нередко заканчивающихся трагически.

Недостаток витаминов в организме, проявляющийся в виде определенных заболеваний, называют авитаминозом. Чтобы избежать опасности его появле-

ния, надо ежедневно есть овощи в любом виде, а также другие продукты, содержащие витамины.

В зависимости от среды, в которой витамины растворяются, они подразделяются на жирорастворимые и водорастворимые. Витамины, растворяющиеся в жирах,— A, D, E и K — обладают свойством накапливаться в организме. Количество витаминов, растворяющихся в воде,— C и все витамины группы B — должно постоянно поддерживаться, ежедневно пополняться, так как организм не способен их накапливать.

Витамины незаменимы, и каждый из них необходим нам в совершенно определенном количестве, чтобы не снижалась работоспособность, сопротивляемость организма к заболеваниям.

Поэтому каждая хозяйка должна иметь хотя бы основные сведения о витаминах и стараться уменьшить их потери в процессе приготовления пищи.

Витамин А (ретинол) содержится только в продуктах животного происхождения, а в форме провитамина (каротина), из которого в организме образуется витамин А,— в растительной пище.

Витамин А называют «витамином роста», ибо без него не вырастают ни человек, ни животное. Считается он и «витамином красоты», так как придает блеск глазам и волосам, свежесть губам, делает кожу гладкой. Это и «витамин иммунитета»: без него возможны различные заболевания — от обычной простуды до раковых опухолей. Если витамина А недостаточно в организме, человек плохо видит в сумерках и ночью, кожа становится сухой, шелушится. Часто возникает и сухость слизистых оболочек, что вызывает кашель, трахеиты.

В сутки взрослому достаточно 1,5 мг витамина А. В аптеках он продается в виде драже, масляного раствора. Зимой и весной полезно принимать 1—2 драже или 1—2 мг концентрата (масляный раствор) в день.

Особенно много витамина А в рыбьем жире, печени животных и рыб, сливочном масле, яичном желтке, твороге, молоке.

Провитамин А (каротин) содержится во многих овощах и фруктах — в моркови, шпинате, салате, петрушке, зеленом луке, щавеле, красном перце, черной смородине, чернике, крыжовнике, персиках, аб-

рикосах. Другими словами, оранжевые и темно-зеленые овощи — кладезь каротина.

Витамин A относится к жирорастворимым, поэтому в богатые им овощи следует добавлять немного жиров. Тертая морковь со сметаной или маслом, например, усваивается лучше, чем без них. Продукты, содержащие витамин A, не следует держать на солнце, на свету, на воздухе. Сметану, масло, молоко нужно обязательно закрывать крышками.

Витамин B_1 (тиамин) играет основную роль в ходе процессов углеводного обмена в организме, необходим для укрепления нервной системы. Содержится в дрожжах, зародышах и оболочках пшеницы, овса, гречихи, а также в хлебе из муки преимущественно грубого помола (темном). Устойчив к тепловой обработке, но разрушается в щелочной среде (при добавлении, например, соды во время варки пищи). Суточная потребность взрослого человека в витамине B_1 — 1,5...2 мг.

Витамин B_2 (рибофлавин) принимает участие в процессах обмена веществ, играет важную роль в поддержании зрительной функции глаз, в работе кроветворной системы. Содержится в дрожжах, молочных продуктах, печени, горохе, яйцах, некоторых грибах. При хранении продуктов, содержащих витамин B_2, особенно молока, нужно избегать солнечного света и во время приготовления блюд из них не употреблять соду. Суточная потребность взрослого человека в витамине B_2 — около 2,5 мг.

Витамин B_6 (пиридоксин) играет значительную роль в обмене веществ, необходим для нормального функционирования нервной системы. Содержится в овощах, мясе, рыбе, молоке, печени трески и говяжьей, в яичном желтке. Относительно много этого витамина в дрожжах. Суточная потребность в витамине B_6 для взрослых — около 2,5 мг.

Витамин C (аскорбиновая кислота) — это тот витамин, на который следует обращать особое внимание. Отсутствие или недостаток его в пище вызывает общее ослабление организма, усталость, потерю аппетита, развитие гипо- или авитаминоза (цинги). Аскорбиновая кислота обладает сильно выраженными восстановительными свойствами. Она участвует в регулировании окислительно-восстановительных процессов, углеводного обмена, свертываемости крови, в ре-

генерации тканей и т. д. Суточная потребность в витамине С для взрослого — около 70—100 мг.

Витамин *D* (кальциферол) регулирует обмен фосфора и кальция в организме, является профилактическим средством против рахита. В больших количествах содержится в печени и жире рыб, в небольших — в яичном желтке, икре, сливочном масле, молоке.

Витамин К принимает участие в образовании протромбина и способствует нормальному свертыванию крови. При его отсутствии даже небольшая ранка долго кровоточит. Содержится в больших количествах в зеленых листьях шпината, в цветной капусте, плодах шиповника, зеленых томатах. Разрушается от воздействия света, высокой температуры и щелочей.

Витамин Р уменьшает проницаемость и ломкость капилляров, способствует лучшему усвоению аскорбиновой кислоты. Содержится в плодах шиповника, лимона и других цитрусовых, незрелых грецких орехах, ягодах черной смородины, рябины, черноплодной рябины.

Витамин РР (никотиновая кислота) — составная часть ферментов, являющихся переносчиками водорода и осуществляющих окислительно-восстановительные процессы. При отсутствии этого витамина возможны утомляемость, слабость, раздражительность, изменения кожи (пеллагра). Больше всего витамина РР в дрожжах и печени, имеется он в почках, молоке, рыбе, овощах, фруктах, гречке и т. д. Суточная потребность в витамине РР — около 20 мг.

Овощи, фрукты и зелень являются источниками витамина С. В зависимости от содержания аскорбиновой кислоты их можно подразделить на следующие группы:

продукты наибольшей С-витаминной активности (300 мг и более в 100 г продукта) — шиповник, черная смородина, черноплодная рябина и др.;

продукты повышенной С-витаминной активности (100—130 мг в 100 г) — петрушка, укроп, хрен и др.;

продукты высокой С-витаминной активности (30—50 мг в 100 г) — зеленый лук, цветная капуста, помидоры, щавель, клубника, крыжовник, апельсины и др.;

продукты средней С-витаминной активности (8—

15 мг в 100 г) — дыня, картофель, свекла, лук репчатый и др.;

продукты низкой С-витаминной активности (3—7 мг в 100 г) — арбузы, морковь, огурцы, тыква, абрикосы, бананы, виноград, груши, сливы, смородина белая, яблоки.

Витамины в плодах распределены неравномерно. В цитрусовых (лимонах, апельсинах, мандаринах, грейпфрутах) содержание аскорбиновой кислоты и других витаминов в кожуре в 2 раза больше, чем в мякоти. Например, в 100 г кожуры лимона витамина С содержится около 150 мг, а в таком же количестве мякоти — только 50 мг.

В кожице свежего огурца во много раз больше витаминов, чем в его мякоти.

Наружные листья свежей белокочанной капусты и салата богаче витаминами, чем внутренние.

В горохе, фасоли больше витаминов содержится в створках стручка. А вот в яблоках, грушах, картофеле витаминов больше в мякоти, чем в кожуре.

В сладком болгарском перце, в помидорах содержание витамина С и каротина снижается в направлении от основания к верхушке.

Чтобы сохранить витамин С в овощах и фруктах при обработке и варке, необходимо соблюдать следующие правила:

очищать и нарезать овощи только ножом из нержавеющей стали и непосредственно перед их употреблением;

овощи опускать в кипящую воду небольшими порциями, а варить их при слабом кипении;

кастрюлю плотно накрывать крышкой, оставляя между нею и поверхностью жидкости незначительное пространство. Если не соблюдать это правило, в тушеной капусте, например, сохраняется только 30 % витамина С, а в картофельном пюре — менее 20 %. Исключение составляет фасоль. Тушат ее в открытой кастрюле, иначе она почернеет;

следить, чтобы овощи не разваривались;

готовый суп не оставлять открытым;

вареные или тушеные блюда сразу же подавать на стол;

добавлять в блюда витамины, то есть свежую зелень.

Если овощное блюдо готовится на несколько дней, то подогревать следует только порцию, предназначенную для употребления и подачи к столу.

Не следует оставлять вымытые овощи и фрукты ь воде — достаточно накрыть чистым полотенцем, иначе часть витаминов и минеральных солей в воде разрушится или растворится. Очищенная картошка, например, за день теряет в воде почти 20 % витамина С, а нарезанный шпинат за час — 34 %.

Только цветную капусту можно положить на полчаса в воду с солью или уксусом, чтобы очистить от насекомых и гусениц.

Сырые плоды и овощи не следует держать на солнце: солнечный свет также разрушает витамины. Не надо оставлять на свету и блюда, приготовленные из продуктов, содержащих витамины, например салат из сладкого перца, зеленого лука, компоты из кураги. Хранить их необходимо в закрытой посуде в холодильнике, погребе.

В овощах лучше сохраняются витамины, если их жарить в обильном жиру. Покрывая ломтики овощей, жир предохраняет их от соприкосновения с кислородом воздуха, который разрушает витамин С.

Обжаривать овощи лучше всего на растительном масле, а не на животном жиру. Горох и фасоль можно готовить как на растительном, так и на животном жиру.

На пару варить овощи нецелесообразно: при таком способе варки меньше теряются минеральные соли, но больше разрушаются витамины.

Вода, в которой варились овощи, содержит витамины, поэтому ее рекомендуется использовать для приготовления супов, соусов.

Важно не переваривать овощи. Длительная кулинарная обработка, долгое хранение готовых блюд, особенно в тепле, ведут к разрушению витамина С. Так, в картофельном супе через 3 ч после приготовления витамина С остается 60 %, а через 6 — он полностью разрушается. По той же причине не рекомендуется разогревать блюда из картофеля.

Спаржу, стручки фасоли и гороха, шпинат варят недолго на пару или в кипящей воде — так аскорбиновая кислота меньше подвергается разрушению.

Овощи желтой и оранжевой окраски (морковь, сладкий красный перец) отличаются высоким содержанием каротина. Если их переварить, то каротин перейдет в воду, придав ей яркую желтую окраску, а овощи побледнеют. Поэтому овощи варят быстро на пару или в кипящей воде в плотно закрытой посуде. Так же варят свеклу, добавляя в воду небольшую дозу уксуса, лимонного сока или кислых яблок, чтобы сохранить ее естественную окраску.

Белые овощи (картофель, цветную капусту, лук, кольраби) варят быстро, опуская в кипящую воду.

Сколько нужно воды для варки овощей? При варке в открытой посуде на 1 кг овощей требуется 3—4 л воды, в закрытой — овощи покрывают водой не более чем на 1—1,5 см. Чем меньше воды, тем меньше теряется питательных веществ.

Овощи нужно варить в подсоленной воде (10 г соли на 1 л воды) — это сохраняет полезные для организма соли калия. Исключение составляют свекла и стручки гороха — они при варке в соленой воде приобретают неприятный привкус.

В жареном картофеле потери витамина С составляют 20—25 %, а в картофельном пюре — 70...78 %. В супе картофель теряет почти половину содержащегося в нем витамина С, при тушении — 80 %.

Картофель, сваренный в кожуре, сохраняет 75 % витамина С, очищенный и сваренный целыми клубнями — 60...70 %, а нарезанный кусочками — 35...50 %.

В эмалированной посуде с неповрежденной эмалью витамин С сохраняется лучше, чем в медной и железной.

Не рекомендуется размалывать овощи в мясорубке, растирать, лучше пользоваться алюминиевой или пластмассовой теркой.

Полезно чаще включать в рацион питания салаты из капусты, особенно краснокочанной. Она более питательна, чем белокочанная, не менее вкусна и нежна, богата витамином С. Для приготовления салата берут плотный вилок краснокочанной капусты, мелко шинкуют, протирают с солью до появления сока, добавляют по вкусу лимонную или уксусную кислоту, заливают растительным маслом.

Белокочанная капуста теряет в супе 95 % витамина С, а при тушении в течение часа — 20...50 %.

Квашеная капуста в щах теряет 70 % витамина С, а при тушении — 20...65 %.

Чтобы в овощных супах сохранилось больше витамина С, рекомендуется заправлять их мукой и не доливать водой, даже кипяченой.

Не все знают, как много достоинств у шпината. В его состав входят большое количество солей, калий и железо, витамины С и группы В, каротин. Особенно много в шпинате витамина Р.

Некоторые проходят мимо, увидев на прилавке лук-порей, сельдерей или кольраби. А между тем лук-порей по своим свойствам близок к зеленому луку. К тому же это ценный продукт, придающий оригинальный вкус различным блюдам. Сельдерей богат витамином К, минеральными веществами, в консервированном и сушеном виде хорошо сохраняется до весны. Богатая витамином С и калием капуста кольраби — отличный компонент для приготовления супов и вторых блюд.

Неоценимую услугу оказывают нам зимой сушеный шиповник, пюре из черной смородины с сахаром,

фруктовые, овощные и ягодные соки. Для получения одного стакана настоя шиповника (такая порция удовлетворяет суточную потребность в витамине С) столовую ложку сушеных (лучше измельченных) плодов шиповника заливают стаканом кипяченой воды и кипятят в эмалированной кастрюле 10 мин, после чего настаивают в течение суток в той же кастрюле с закрытой крышкой. Перед употреблением настой следует процедить.

Но лучше приготовить настой шиповника в термосе. Плоды надо промыть, затем в ступке или ножом измельчить, засыпать в термос, залить крутым кипятком (из расчета 1 столовая ложка плодов на стакан кипятка), плотно закрыть пробкой. Лучше всего это делать с вечера и настаивать плоды в течение 6—8 ч. Неизмельченные плоды настаивают немного дольше — 10...12 ч. Утром настой процеживают через сложенную вчетверо марлю, плоды отжимают. В таком напитке содержание витаминов С и Р в несколько раз превышает содержание этих витаминов в настоях, приготовленных в обычной посуде.

Дрожжи

Лечебные и пищевые достоинства дрожжей, как пекарских, так и пивных, не нуждаются в рекомендации. Они богаты белком и витаминами. В прессованных дрожжах содержится около 16 % белков, а в сухих — до 50 %. Белки дрожжей по качеству близки к белкам мяса, рыбы, молока и других продуктов животного происхождения. Особое значение приобретают дрожжи как ценнейший источник витаминов, прежде всего группы В.

В дрожжах содержится эргостерол, который под воздействием ультрафиолетовых лучей переходит в витамин D, являющийся, как уже говорилось ранее, профилактическим и лечебным средством при рахите.

Дрожжи рекомендуются при малокровии, упадке сил после перенесенных заболеваний или хирургических операций, при гнойничковых заболеваниях кожи, диабете, ревматизме и т. п. Употребляются сухие, прессованные и жидкие дрожжи. Перед употреблени-

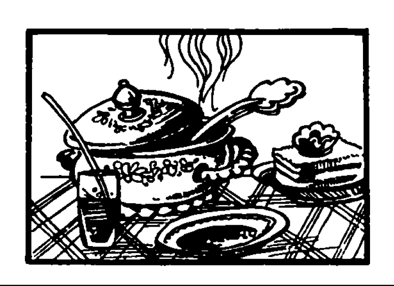
ем в пищу дрожжи следует хорошо протереть или проварить, прожарить.

Чтобы убедиться, что сохранившиеся в доме дрожжи годны к употреблению, отломите от них кусочек и бросьте его в кипяток. Если дрожжи всплывут на поверхность, значит, их еще можно использовать.

Сироп из дрожжей. Прессованные пекарские дрожжи измельчают, заливают теплой водой и, растирая комки, тщательно размешивают до однородной массы, доводят до кипения на небольшом огне и кипятят, помешивая, до образования густой сиропообразной светло-коричневой массы. Сироп можно добавлять к первым блюдам. Он придает приятный грибной вкус.

Крупа из дрожжей. Прессованные пекарские дрожжи растирают с небольшим количеством воды до получения сметанообразной массы, выливают на сковороду, смазанную жиром, и на малом огне выпаривают воду. Когда образуются темно-коричневые комочки, добавляют сливочное масло (5—10 г на 100 г дрожжей) и варят, после чего дрожжевые комочки растирают до получения сухой крошки, напоминающей крупу. Крупу добавляют к кашам, запеканкам и пудингам.

Дрожжевой паштет. 100 г прессованных дрожжей тщательно растирают с 2 г поваренной соли и небольшим количеством воды до получения консистенции густой сметаны, высыпают 1 чайную ложку муки, выкладывают на сковороду, добавив 15 г масла, 15—20 г нарезанного лука, и жарят до получения паштетной массы. К паштету, если он очень вязкий, рекомендуется добавить 10—15 г истолченных сухарей.



ГОТОВИМ ВКУСНО И ПИТАТЕЛЬНО

Кулинарию можно назвать своего рода наукой. Наукой о питании. Она изучает рациональные способы и приемы приготовления пищи, свойства различных продуктов. Подчас важно не столько то, какие продукты и в каком количестве мы возьмем, чтобы получился, скажем, наваристый борщ или солянка, сколько то, в какой последовательности мы будем класть овощи, через какие промежутки времени будем это делать. Имеет значение даже то, когда будет посолено блюдо — в начале или в конце варки, в какой посуде оно сварено. Надо знать, какие специи улучшат вкус, а от каких следует отказаться.

Готовя то или иное блюдо, надо заботиться не только о том, чтобы оно было приятно на вкус и привлекательно внешне, важно, прежде всего, чтобы оно не утратило питательных веществ и особенно витаминов.

Больше всего витаминов сохраняется при варке на пару. Для этого на дно кастрюли ставят специальную сетчатую подставку на ножках (при отсутствии ее можно воспользоваться дуршлагом). Воды наливают немного: она не должна покрывать сетку. На подставку или дуршлаг кладут рыбу, котлеты, картофель и т. д., а посуду плотно закрывают крышкой. При кипении образуется пар, на котором и готовится пища.

Варить можно и в водяной бане. Для этого кастрюлю с продуктами помещают в большую посуду, наливают воду так, чтобы она на 3—5 см не доходила

до краев маленькой кастрюли. Затем обе кастрюли ставят на огонь, закрыв большую крышкой.

Припускание — это тоже один из кулинарных приемов. Продукты кладут в плотно закрытую посуду и добавляют немного воды или бульона. Некоторые овощи (тыква, кабачки, помидоры, шпинат, щавель) выделяют много сока, поэтому в них воду добавлять не надо. А вот мясо, рыбу, морковь, свеклу, капусту обязательно припускают с жидкостью, а иногда с добавлением жира. На 1 кг продукта достаточно 1 стакана воды или бульона и 20—50 г жира.

Тушат продукты тоже в плотно закрытой посуде с небольшим количеством жидкости. Некоторые из них перед тушением лучше предварительно обжарить, например мясо, капусту, положить пассерованные репчатый лук, морковь, петрушку, добавить пряности.

Жарить можно на плите и в духовом шкафу, в закрытой или открытой посуде. Посуда для жаренья должна иметь достаточно толстое, ровное и гладкое дно. Хороши для этой цели литые алюминиевые и чугунные сковороды и жаровни. Приготовленные к жаренью продукты кладут на сковороду с хорошо разогретым жиром, но он не должен дымиться, иначе вы испортите все блюдо. Один кусок мяса или рыбы лучше жарить на небольшой сковороде, а если ее нет, то на свободном месте на большой сковороде следует изжарить пару картофелин.

Пирожки, пончики,хворост, картофель, рыбу в сухарях жарят во фритюре — большом количестве жира. При этом жир нагревают до 180 °С. Такую высокую температуру лучше всего выдерживает свиное и говяжье топленое сало. Для жаренья мучных изделий хорошо добавить рафинированное подсолнечное масло. Сливочное масло и маргарин для фритюра непригодны, так как они сразу начинают гореть и дымиться.

Чтобы сохранить в пище витамины А и С (на остальные витамины кулинарная обработка мало влияет), надо придерживаться следующих правил:

чистить и резать овощи ножом из нержавеющей стали и непосредственно перед их приготовлением;

очищенные и нарезанные овощи и зелень не оставлять на длительное время в воде;

кастрюлю плотно накрывать крышкой, поднимать крышку как можно реже;

готовый суп не оставлять открытым;

если блюдо готовится на несколько дней, то подогревать следует только порцию, предназначенную для подачи к столу;

блюдо, приготовленное в алюминиевой кастрюле, следует переложить в эмалированную или стеклянную посуду.

Как мыть овощи и фрукты? Со всех корнеплодов (если они поступают на стол не с собственного огорода) лучше всего сначала срезать тонко верхний слой кожицы, а затем промыть их холодной кипяченой водой. Фрукты следует обмывать в холодной сырой воде, затем ополаскивать кипяченой. Зелень, особенно лук-порей, а также капусту промывать сырой водой не только снаружи, но и изнутри, сделав надрез вдоль оси роста растений до середины.

Перед закладкой в суп морковь, петрушку, сельдерей, лук разрезают пополам и поджаривают со стороны разреза на сковороде.

Кислота замедляет варку овощей. Поэтому уксус, томат-пюре, томат-пасту, лимонную кислоту и свежие помидоры добавляют, когда овощи почти готовы.

Готовить овощи лучше в эмалированной посуде и не раньше, чем за полчаса до подачи к столу.

Несколько капель только что выжатого лимонного сока придают замороженным и консервированным овощам и фруктам свежесть и сочность, улучшают вкусовые и питательные свойства блюд.

Щепотка сахара, добавленная в воду, в которой варятся овощи, значительно улучшает их вкус.

Чтобы овощи не переваривались, их закладывают в кастрюлю не все сразу, а в такой последовательно-

сти: сначала свеклу, затем капусту и, наконец, картофель и морковь. Помидорами или томатом-пастой блюдо заправляют, когда оно почти готово.

Томат-пюре и соленые огурцы при тепловой обработке кладут в последнюю очередь — от кислоты овощи становятся жесткими.

Пассеруют овощи в такой последовательности. Нагревают на сковороде жир, кладут морковь. Когда она слегка поджарится, добавляют лук и перемешивают с морковью, через несколько минут кладут сельдерей, петрушку и доводят при помешивании до мягкости, но при этом овощи должны оставаться слегка упругими.

Если же овощи пассеровать по отдельности, то качество их будет лучше.

При пассеровке томат-пюре в сырые овощи не кладут, так как они не приобретут вкуса пассерованных.

О совместимости продуктов

Следует помнить, что несовместимы все надземные овощи (помидоры, капуста, салат, горох, болгарский перец, огурцы, арбуз) и сырое несброженное молоко. А вот вареные корнеплоды (картофель, брюква, морковь), а также бахчевые (тыква, кабачки) хорошо сочетаются с горячим кипяченым молоком.

Употребление сушеных грибов (для супов) и маринованных (для закусок, салатов) не вызывает в организме никаких нарушений. Грибы нельзя смешивать с несброженным молоком — ни в меню, ни в блюде.

Готовя свежие грибы, надо сначала потушить их на сковороде без масла 15—20 мин, затем добавить масло. Спустя еще 10 мин — посолить и поперчить.

Если свежие грибы кладут в суп, следует в жидкую основу его добавить квас, а еще лучше вообще заменять в таких супах воду квасом, который обладает мощными защитными консервирующими свойствами. Вот почему столь безопасны летом всевозможные окрошки и холодные свекольники, хотя в них, казалось бы, самым хаотичным образом смешаны различные продукты.

В окрошке допустимы отварной картофель, зеле-

ный лук, свежий огурец, отварная морковь, брюква. Иные компоненты исключены.

Для приготовления холодника используют отварную свеклу, молодую свекольную ботву, зеленый лук, свежий огурец, иногда — отварной картофель. Добавление редиса, редьки, репы, капусты не только портит вкус этих блюд, но и вызывает их брожение. Для усиления защитных свойств окрошки и свекольника в них хорошо добавить петрушку, кориандр (кинзу), сельдерей, свежий тертый хрен, красный и черный перец, горчицу.

Продолжительность варки продуктов

До полной готовности варятся: говядина — 2...3 ч; бараньи лопатки и грудинка — 2 ч 10 мин; свиная лопатка — 2 ч; свиная грудинка — 1 ч 45 мин; телятина — 1 ч 30 мин; почки говяжьи — 1 ч 30 мин; курица — 1 ч; цыпленок — 20...25 мин; свекла в кожуре — 1 ч 15 мин; капуста кольраби — 8...10 мин; капуста белокочанная — 30...50 мин, цветная — 20 мин, брюссельская — 12 мин; картофель целый — 25...30 мин, нарезанный — 12...15 мин; коренья — 10...15 мин; шпинат — 8...10 мин; щавель — 5... 10 мин; бобы (стручки зеленые) — 8 мин; огурцы соленые — 15...20 мин; вермишель — 12...15 мин; рис — 30 мин; перловая крупа, предварительно замоченная,— 40...45 мин.

Как солить блюда

Овощи, кроме бобовых, солят в начале приготовления пищи. Фасоль, горох, жареный картофель — когда они уже почти готовы, так же как и жареное мясо. Если посолить его сырым, оно станет жестким.

В картофель соль кладут в начале варки. Готовя картофель для пюре, его лучше посолить в конце варки.

Салаты следует солить перед самой подачей. Если сделать это заранее, овощи выделят много сока.

Чтобы мясной бульон получился более наваристым, его солят в начале варки мяса, но он в таком

случае будет мутным. Поэтому его обычно солят за 30 мин до готовности.

Чтобы мясо было более сочным, бульон солят в конце варки.

Рыбный бульон солят после закипания.

Пересоленные жидкие блюда, бульоны можно исправить, положив в них на некоторое время нарезанную сырую картофелину или опустив рис, завязанный в марлю, которые впитают часть соли при кипении. Иногда помогает добавление кусочка сахара.

Как освежить увядшую зелень

Полежавшая зелень укропа, петрушки, сельдерея снова станет свежей, если положить ее на час в холодную воду, в которую добавлен уксус (1 чайная ложка на полстакана воды). Но надо учесть, что витаминов и питательных веществ в ней станет меньше.

Петрушка, укроп сохраняются свежими несколько дней в самую большую жару, если их держать в плотно закрытой, совершенно сухой посуде, причем зелень должна быть тоже сухой.

Если петрушку сполоснуть не в холодной, а в теплой воде, она станет ароматнее.

Увядшие листья салата можно освежить, ополоснув их или подержав 15 мин в теплой воде.

Чтобы сохранить листья салата несколько дней, следует промыть его под струей холодной воды так, чтобы песок и земля смывались с листьев вниз, к корням. После этого поставить их в воду, а перед употреблением снова промыть. Нарезать листья для салата рекомендуется крупными кусками.

Увядшая зелень овощей снова станет свежей, если окунуть ее сначала в горячую, затем в холодную воду.

Приготовление овощных салатов

Салаты из овощей заправляют майонезом, сметаной или уксусом непосредственно перед едой, так как, постояв 2—3 ч, они теряют почти всю питательную ценность. Не стоит готовить салат на несколько дней: и невкусно, и пользы мало.

Салат с майонезом и винегрет приобретут особо приятный вкус, если перед подачей на стол в них ненадолго положить лимонную корочку.

Отваренные овощи для салата нарезают охлажденными. Нельзя соединять теплые продукты с холодными, от этого салат быстро портится.

Готовить и держать салат следует только в эмалированной, керамической или стеклянной посуде.

Для улучшения вкуса салатов лук и перец рекомендуется нарезать как можно тоньше.

Почти все овощи для салатов надо нарезать тем мельче, чем плотнее их ткани (в первую очередь это относится к свекле, репе, сельдерею, моркови). Редис, огурцы, помидоры, лук достаточно нарезать ломтиками, а нежные листочки салата лучше подавать целиком.

Многим нравится в салате запах чеснока. Для этого в него кладут на непродолжительное время корочку ржаного хлеба, натертую чесноком. Затем корочку вынимают, а едва ощутимый запах чеснока остается.

Несколько капель лимонного сока или уксуса, добавленные в салат сразу же после приготовления, позволят сохранить в нем больше витамина С.

Растительное масло нужно подливать в салат только после того, как салат посолили, добавили уксус и перец (соль в масле не растворяется).

Очень полезны весенние салаты и свекольники из молодых листьев свеклы. Чтобы улучшить вкус блюд

и повысить их витаминную ценность, рекомендуется добавлять в них немного крапивы, щавеля или лебеды.

Если в салате есть картофель, его следует нарезать и добавлять в последнюю очередь, так как он быстрее других овощей теряет свои питательные свойства.

Соусы и заправки для салатов

Соусы и заправки к салатам нужны не только для вкуса. Установлено, что содержащийся в них жир обволакивает частички овощей тонкой пленкой и предохраняет витамины от воздействия на них кислорода.

Если соус подается на стол не сразу, а должен постоять некоторое время, то по поверхности его следует провести кусочком сливочного масла, наколотого на вилку. Тонкий слой масла предохраняет соус от засыхания и образования пленки.

Два кусочка сахара, растворенные в небольшом количестве уксуса, заменят белое вино в любом соусе.

Майонез. Всем известен этот отличный соус к овощным, мясным, рыбным блюдам. При желании его можно сделать более или менее острым, горьким или сладким. Если нужен нежирный соус, следует разбавить майонез на одну треть столовым уксусом или кипяченой водой. Для холодных рыбных и мясных блюд к майонезу хорошо добавить 1—2 столовые ложки тертого хрена. Те, кто любит томатные и острые приправы, могут соответственно добавить к майонезу немного томатной пасты или соуса типа «Южный». К некоторым холодным блюдам, жареной дичи подается кисло-сладкий соус. Для этого майонез разводят на одну треть или наполовину джемом или тертыми яблоками.

Майонезу можно придать пикантный вкус, добавив в него чайную ложку горчицы, сок лимона и черный молотый перец по вкусу.

Если нет готового, майонез легко сделать самим. 2 сырых желтка хорошо растереть в миске с чайной

ложкой готовой горчицы, солью и сахаром (по 1/4 чайной ложки). Затем постепенно влить рафинированное растительное масло (1 стакан) и продолжать растирать. (Новые порции масла добавлять лишь после того, как предыдущие соединятся с желтками.) Густую желтую массу развести по вкусу уксусом. Можно добавить сметану.

Сметанный соус. Смешивают стакан сметаны, 2—3 столовые ложки уксуса или лимонного сока и сахар по вкусу.

Заправка для салата. Смешивают полстакана растительного масла, 2 столовые ложки уксуса или сока лимона, по 1/4 чайной ложки соли и сахара, немного молотого перца. Смесь хорошо взбалтывают.

Винегретная заправка. В горчицу (2 чайные ложки) при постоянном помешивании добавляют частями 5 столовых ложек растительного масла, соль, сахар, молотый перец, тертую луковицу, мелко нарезанную зелень петрушки и 3 столовые ложки уксуса.

Как варить фасоль и горох

Обычно фасоль и горох перед варкой долго вымачивают. Можно этого не делать. Достаточно, поставив кастрюлю на огонь, через каждые 5—7 мин подливать в нее по столовой ложке холодной воды.

Фасоль будет вкуснее и питательнее, если воду, в которой она варится, слить сразу же после закипания, затем снова залить холодной водой, добавив в нее 3 столовые ложки растительного масла.

Фасоль нужно варить до полной мягкости, так как недоваренная фасоль содержит ядовитые вещества.

Чтобы фасоль не потемнела, ее следует варить в открытой кастрюле.

Из остывшего фасолевого пюре можно сделать вкусные котлеты, если прибавить пару яиц, толченых сухарей или муки.

Зеленый горошек при варке сохраняет естественный цвет, если в него добавить немного сахара.

Если надо сделать из сваренного гороха пюре, следует размять или протереть его горячим, не давая остыть,— тогда пюре получится однородное, без комочков.

Используя консервированный зеленый горошек, не выливайте отвар. Он пригодится для приготовления первых и вторых блюд, так как в нем содержится столько же питательных веществ, сколько в свежем горохе.

Свежезамороженный горошек опускают в крутой кипяток, не размораживая предварительно,— так он вкуснее, да и витаминов сохранится больше.

Солить горох и фасоль нужно в самом конце варки: в соленой воде они развариваются медленно.

Как готовить капусту

Не рекомендуется промывать капусту горячей водой — от этого снижается ее пищевая ценность.

Для сохранения витаминов в капусте ее лучше не варить, а тушить.

Белокочанную капусту следует тушить с добавлением уксуса — тогда она не будет слишком мягкой, а цветную — в молоке.

Не рекомендуется солить капусту, приготовленную для фарша, иначе выделится много жидкости, и фарш будет сырым.

Не следует жарить сырую капусту. При обжаривании она становится сухой и невкусной. Поэтому ее сначала отваривают, а потом жарят.

Если цветную капусту положить перед варкой в холодную воду, в которую добавлено немного лимонной кислоты или уксусной эссенции, и варить в открытой посуде на сильном огне, она сохранит белый цвет.

Тушеная или запеченная капуста не будет слишком жирной, если ее потушить сначала в небольшом количестве воды, а затем добавить жир.

Нередко в цветную капусту и другие овощи заползают муравьи, мухи, улитки. Чтобы избавиться от них, надо подержать капусту в подсоленной воде 8—10 мин: насекомые всплывут на поверхность, и их можно будет слить вместе с водой.

Капуста сохранит аппетитную белизну, если в воду, где она варится, добавить чайную ложку лимонного сока или несколько кристаллов лимонной кислоты.

Отваривать капусту лучше в эмалированной посуде на сильном огне.

Чтобы голубцы при тушении не пригорели, положите на дно кастрюли крышку меньшего диаметра ушком вверх, на нее — листья капусты, а на них — голубцы.

Редька и редис

Редька и редис теряют едкий вкус и неприятный запах, если их настрогать и несколько раз промыть в холодной воде.

Кстати, белая редька конической формы — самая сладкая на вкус, а круглая черная — бывает жгучей.

Самый вкусный редис — розово-красный с белым кончиком.

Прежде чем подать редис на стол, надо подержать его 20 мин в холодной воде.

Салат из редьки будет вкуснее, если добавить в него лук, поджаренный на растительном масле.

Хорош салат из тертой редьки с морковью и майонезом.

Сок редьки, смешанный с медом, облегчает состояние больных бронхитом, способствует отхаркиванию.

Сок редьки готовят так: у крупной редьки вынимают середину, но не до дна, заполняют медом или сахаром, отверстие закрывают кусочком редьки и на 4—8 ч ставят в теплое место. За это время образуется лечебный сок. Его принимают по 1—3 столовые ложки 3—8 раз в день при сильном кашле.

Приготовление хрена

Самый вкусный хрен имеет довольно толстый (2—3 см) и длинный (20—25 см) корень. Поверхность его ровная и светлая, а мякоть белая.

Корни хрена быстро высыхают, становятся вялыми. Поэтому перед приготовлением необходимо подержать их в холодной воде.

Хрен готовят так: корни замачивают в воде, очищают (скоблят ножом), промывают, измельчают на мелкой терке. Тертый хрен кладут в чашку или другую посуду, наливают примерно такое же количество кипятка, накрывают блюдцем или крышкой и дают остыть. Затем добавляют сахар, соль, уксус. На 100 г хрена — 80 г столового уксуса, 100 г воды, сахар, соль — по вкусу.

Чтобы во время приготовления хрен не раздражал глаза, можно на некоторое время положить корешки в морозильник, а затем замороженные и натереть. Все вкусовые качества хрена сохранятся.

Чтобы натертый хрен не потемнел, следует сбрызнуть его лимонным соком или уксусом и хорошенько перемешать.

Заправляют тертый хрен сметаной или соком свеклы, можно добавить сахар и немного уксуса.

Хрен не обязательно тереть на терке. Очищенные коренья режут на мелкие кусочки и пропускают через мясорубку. Чтобы потом очистить мясорубку, достаточно пропустить через нее кусочек булки.

Корни хрена можно также высушить, предварительно натерев на мелкой терке, и хранить в герметически закупоренной посуде в сухом месте. Перед употреблением порошок разбавляют водой, подкисленной уксусом или лимонной кислотой.

Лук

Если необходимо добавить в салат сырой репчатый лук, надо мелко нарезать его, положить в дуршлаг и обдать кипятком. Лук будет вкуснее, так как из него уйдет горечь.

Чтобы лук не подгорал и имел золотистый цвет, перед жареньем его надо обвалять в муке или посыпать сахарным песком.

Мороженый репчатый лук вполне заменит свежий, если его сразу же, не дав оттаять, положить на 3 ч в холодную воду.

Нарезанный репчатый лук сохранит свежесть, если положить его на блюдце, посыпанное солью.

Мыть зеленый лук следует непосредственно перед употреблением, так как он быстро портится.

Если нужно использовать только половину луковицы, место среза оставшейся половины смазывают жиром — лук хорошо сохранится.

Перед тем как нарезать лук, надо обмакнуть нож в холодную воду. Тогда содержащиеся в луке эфирные масла, обладающие резким запахом, не будут раздражать глаза. А чтобы не «плакать», очищая лук от шелухи, нужно поднести его под струю холодной воды.

Чтобы сохранить зеленый лук 15—20 дней, надо его перебрать, отбросить несвежие листья, смочить корни водой, оставляя сухими перья. Затем корни вместе с луковицей обернуть влажной тряпочкой, а сверху бумагой, завязать у основания перьев шпагатиком и положить в полиэтиленовый мешочек.

Как варить свеклу

Известно, что свекла варится очень долго. Можно приготовить ее быстрее. Дав покипеть свекле 1 ч, ее

снимают с огня и держат 10 мин под струей холодной воды. Если корнеплоды крупные, можно еще поставить на огонь на 15—20 мин, после чего снова охладить.

В отличие от других овощей свеклу не варят в соленой воде, так как она становится от этого менее вкусной и питательной.

Большинство блюд готовят из вареной (в том числе и на пару) или печеной свеклы. Чтобы она получилась сочной и сохранила водорастворимые минеральные соли, не рекомендуется очищать ее перед тем, как варить или запекать, а только тщательно промыть. Варят, положив в кипящую воду и плотно закрыв крышкой. Яркий цвет свеклы сохранится, если добавить в воду немного сахара (1/2 чайной ложки на 1 л воды).

Не рекомендуется обрезать корень свеклы до основания, иначе при варке она посветлеет.

Нельзя хранить очищенную свеклу на воздухе, так как от соприкосновения с кислородом в ней разрушается витамин С.

Сушеную свеклу надо прежде ошпарить кипятком, затем залить водой комнатной температуры и дать набухнуть. В этой же воде и варить, чтобы потеря питательных веществ была наименьшей.

У лучших сортов свеклы тонкая кожица и слегка приплюснутый корнеплод.

При длительной варке и тушении свекла из темно-красной становится буро-желтой.

Уксус, лимонная кислота, добавленные в воду, в которой варится свекла, помогают сохранить ее первоначальный цвет.

Для салатов и винегретов лучше всего использовать печеную свеклу.

Из свекольного отвара можно приготовить при-

ятный освежающий напиток, если добавить в него толченый имбирь, корицу и лимонную кислоту.

Чтобы сохранить цвет свеклы и борща, ее тушат отдельно от других овощей в малом количестве воды до готовности и кладут в борщ вместе с картофелем. Можно также сварить или запечь неочищенную, хорошо вымытую свеклу, а потом очистить ее, мелко нарезать и положить в борщ незадолго до окончания варки.

Свекольная ботва полезнее, чем сама свекла,— в ней больше витаминов и ценных веществ.

Что надо знать о моркови

По содержанию каротина (провитамина А, из которого в организме образуется витамин А) морковь уступает лишь сладкому перцу и превосходит все другие овощи.

Суточная потребность человека в витамине А — примерно 1—1,5 мг, то есть в день достаточно съесть 18—20 г моркови.

Кроме каротина в моркови содержатся витамины B_1, B_2, PP, E, K, C, пантотеновая кислота. Есть в ней соли калия, фосфора, кальция, натрия, кобальта, а также ферменты, способствующие пищеварительным процессам. Много в моркови клетчатки и углеводов.

Полезна морковь не только сырая, но и блюда из нее. Готовить ее надо с растительным или сливочным маслом, сметаной, так как витамин А жирорастворимый.

Морковь хорошо подрумянится, если при жаренье добавить в масло немного сахарного песка.

Положив в воду, в которой варится морковь, 2 кусочка сахара, можно придать ей вкус свежесорванной.

Чтобы очищенная морковь не темнела, кожицу с нее надо снимать очень тонко, острым ножом.

При использовании сушеной моркови следует ошпарить ее кипятком и залить теплой водой на 1—2 ч, чтобы она набухла, и варить в той же воде, в которой она замачивалась,— тогда потери питательных веществ будут минимальными.

Полезен также морковный сок. Для приготовления его свежие корнеплоды надо очистить и тщательно вымыть, после чего натереть на мелкой терке и отжать. Употреблять сок рекомендуется сразу же после его приготовления.

Морковный сок, выпитый натощак, благотворно действует на кожу, укрепляет зрение, снимает усталость. Вкусен морковный сок, смешанный с холодным молоком (полстакана того и другого). Можно добавить еще ложку меда, сок из половины лимона, немного лимонной цедры.

Икра из помидоров

Из мятых, прихваченных морозом помидоров можно приготовить вкусную томатную икру. Промытые помидоры запекают в духовке. Остудив, пропускают через мясорубку, добавляют соль, перец, лук, обжаренный на растительном масле. Перемешав все, складывают в ошпаренные кипятком банки, заполнив их на три четверти, а сверху до горлышка заливают горячим томатным соусом. Готовят соус так: режут спелые помидоры и варят в кастрюле. Затем соус сливают и кипятят до тех пор, пока объем его не уменьшится втрое. Густую массу протирают через сито и кипятят при помешивании 20 мин, кладут лавровый лист, перец, зелень петрушки и укропа, сахар, соль и дают покипеть еще 2—3 мин, после чего стерилизуют и закатывают наполненные банки.

Свежие помидоры кладут в суп за 10 мин до конца варки.

Ломтики помидоров, посыпанные мукой и солью и обжаренные в растительном масле, подают к столу как отдельное блюдо.

Чтобы лопнувшие помидоры не заплесневели, их

кладут в эмалированную кастрюлю без крышки и держат на нижней полке холодильника.

Кожицу с томатов легко снять, если предварительно опустить их на несколько минут в кипящую воду, затем ополоснуть холодной водой.

Икра из кабачков

Мытые кабачки (некрупные) нарезают кружочками и обжаривают в растительном масле. (Чтобы масла при этом не впитывалось слишком много, кружки должны быть достаточно толстые.) Отдельно жарят мелко нарезанную морковь, белые коренья и лук. Все овощи пропускают через мясорубку и перемешивают. К ним добавляют мелко нарезанную зелень, соль, сахар, молотый перец и томатное пюре. Приготовленную массу нагревают в кастрюле до кипения и раскладывают в горячем виде в банки, укупоривают и стерилизуют (пол-литровые банки — 1 ч 15 мин, литровые — 1,5 ч). Если готовая икра получилась слишком жидкой, ее немного уваривают.

На 1 кг икры берут: кабачков — 700 г; моркови — 50 г; 1 головку лука; стакан томатного пюре; зелень, перец и соль по вкусу; сахарного песка — $^1/_2$ столовой ложки.

Огурцы

Зеленые огурцы сохранятся свежими несколько дней, если держать их на три четверти в воде хвостиками вниз. Воду следует менять ежедневно.

Можно также уложить огурцы в эмалированную посуду и поставить на нижнюю полку холодильника, не закрывая крышкой, или завернуть в мокрое полотенце.

Соленые огурцы для рассольника следует варить отдельно в небольшом количестве воды и добавлять в почти уже готовый суп вместе с водой, в которой они варились.

Медальоны из огурцов. На толстые кружочки огурца кладут чайную ложку заправленного сметаной и смешанного с мелко нарубленным зеленым луком творога.

Сандвичи с огурцом. На тонкие, намазанные маслом ломтики хлеба со срезанными корочками кладут кружочки огурцов, помидоров, редиса, крутых яиц, листики зеленого салата и веточку укропа или петрушки. Можно положить также чайную ложку мясного салата, кусочек колбасы.

Картофель жареный, вареный, печеный

Картофель перед варкой рекомендуется заливать горячей водой — тогда сохраняется до 35 % витамина С, если же залить холодной — то всего 7 %.

При варке картофеля вода должна слегка закрывать верхние картофелины. Еще лучше варить картофель на пару в специальных кастрюлях.

Чтобы картофель, обжаренный в масле тонкими ломтиками, стал хрустящим, солят его совсем готовым.

Картофель обжарится быстрее, если опустить его сырым на несколько минут в горячую воду.

Жареный картофель хорошо подрумянится, если его предварительно слегка посыпать мукой.

Картофель жарят на предварительно разогретой сковороде сначала на сильном огне, потом его уменьшают.

Перед жареньем картофель следует обсушить на салфетке, так как влага замедляет образование корочки.

Водянистый картофель будет вкуснее, если его, прежде чем готовить, положить на ночь в сухое теплое место, чтобы он хорошо просох.

Очищенный картофель солят в начале варки.

Молодой картофель можно быстро очистить, если подержать 15—20 мин в подсоленной воде или поло-

жить сначала в горячую, потом в холодную воду. А можно совсем не чистить, достаточно обдать его кипятком и обтереть полотенцем.

В клубнях картофеля содержится алкалоид соланин, повышенные концентрации которого вредны для организма и нередко вызывают тошноту, головную боль. Во время варки очищенного картофеля больше половины хорошо растворимого в воде соланина переходит в отвар, а картофель в кожуре сохраняет практически весь запас алкалоида. Наибольшее количество соланина содержится в позеленевших и проросших клубнях и концентрация его нарастает при длительном хранении, особенно в светлом помещении.

Прежде чем варить лежалый картофель, надо удалить с клубней глазки и подержать в холодной воде. Кожуру срезать потолще (во время хранения под ней скапливается соланин) и варить клубни не целыми, а разрезав на части, которые опускать в кипящую подсоленную воду. Отвар обязательно слить. Сильно проросший, позеленевший картофель в пищу непригоден.

Чтобы кожица картофеля, который варится в «мундире», не лопалась, следует добавить в воду несколько капель уксуса.

Для измельчения вареного картофеля лучше использовать не мясорубку, а волосяное сито.

Отварной картофель будет вкуснее, если положить в кастрюлю немного укропа (зимой сушеного, завернув его в кусочек марли) или 2—3 дольки чеснока.

Картофель, отваренный для пюре, надо протирать горячим.

Картофельное пюре нельзя разбавлять холодным молоком — от него оно приобретает некрасивый серый вид. Можно добавить взбитый яичный белок — пюре будет пышным и вкусным.

Чтобы тертый картофель, предназначенный для оладьев, не потемнел, в него надо добавить горячее молоко.

Если очищенный картофель подержать под сильной струей холодной воды, он сварится быстрее, станет рассыпчатым.

Пекут картофель в золе костра или печки. Но можно приготовить печеный картофель и на газовой плите. Для этого, выстругав из твердой породы дерева небольшие клинья, втыкают их в отверстия терки с обратной стороны на расстоянии 4—5 см друг от друга. Затем накалывают на эти «шипы» несколько картофелин средней величины и ставят в разогретую газовую духовку. Через 30—40 мин печеный картофель готов.

Поверхность картофельного рулета и запеканки будет красивой, если предварительно ее смазать яйцом, посыпать сухарями и сбрызнуть жиром.

Не рекомендуется чистить картофель заблаговременно, так как он темнеет, а в воде быстро теряет витамины. Если надо запасти картофель заранее, очистив, сложите его в полиэтиленовый пакет и завяжите — он сохранит свои качества в течение нескольких часов.

Картофель сварится быстрее, если в воду добавить ложку маргарина.

Чтобы старый картофель не потемнел при варке, надо добавить в воду немного молока, лимонной кислоты или уксуса (1 столовая ложка на 1 л воды).

Чтобы устранить сладкий привкус подмороженного картофеля, достаточно подержать его в холодной воде, затем опустить в кипяток, прибавив ложку уксуса.

Если картофель подморожен, надо очистить его, положить в чугунный горшок, посолить и, не наливая воды, поставить на 40 мин в духовку. При этом крышка должна быть плотно закрыта (еще лучше заклеить ее бумагой).

Чтобы получить «воздушный» картофель, следует нарезать его ломтиками и опустить на 2—3 мин

в кипящий жир, не допуская образования румяной корочки, переложить в сковороду и жарить до готовности.

Картофельные котлеты будут пышными, если положить в них чуточку пищевой соды.

Чтобы приготовить в домашних условиях чипсы, надо нарезать картофель на пластинки (можно на овощерезке) толщиной 1,5 мм, промыть водой, чтобы смыть крахмал, и обжарить во фритюре (в растительном масле) при температуре 150—170 °С 1,5—2 мин. После обжаривания посолить. Хранить можно в сухом месте две недели.

Что надо знать о грибах

Если свежие грибы погрузить в слегка подсоленную воду, они не почернеют. Хорошо добавить в воду немного уксуса или лимонной кислоты.

Чистить грибы следует ножом из нержавеющей стали.

С сыроежек легко снять кожицу, если предварительно обдать их кипятком.

Избавиться от червей в свежих грибах нетрудно. У гриба надо отрезать ножку, трубчатый слой у шляпки срезать и выбросить, а ножку разрезать вдоль и положить вместе со шляпкой в таз с подсоленной водой. Через 2—3 ч, когда все живые личинки осядут на дно таза, грибы можно обмыть и готовить для еды.

Грибы нельзя долго вымачивать. Их следует быстро промыть холодной водой и откинуть на сито.

Очищенные, особенно уже промытые грибы сразу должны подвергаться окончательной обработке. Грибы — продукт скоропортящийся, поэтому нельзя оставлять их переработку на завтра. При долгом хранении в тепле в них накапливаются вредные для организма человека вещества.

Чтобы грибы не чернели во время обработки, их опускают по мере чистки в кастрюлю с холодной, слегка подсоленной водой, в которую добавляют немного уксуса.

Грибы не следует варить на слишком сильном или слишком слабом огне, они станут либо чересчур жесткими, либо дряблыми, вкус их ухудшится. Грибной отвар должен кипеть на среднем огне. Мелко нарубленные свежие грибы бывают готовыми через 10—15 мин, крупные — через 20—25 мин.

Сырые грибы плавают, сваренные — оседают на дно.

Грибы значительно улучшают вкус пищи. Например, сыроежки, белые, подберезовики, подосиновики, прожаренные и добавленные в мясной фарш, придадут неповторимый вкус и аромат мясным тефтелям. Свежие лисички сделают вкуснее суп. Грибным порошком можно приправить любое мясное и овощное блюдо — от этого оно только выиграет. Кстати, во всех блюдах грибы тем вкуснее, чем мельче они порезаны.

Чтобы шампиньоны и подосиновики в супе не очень чернели, надо перед варкой промыть их холодной водой с добавлением уксуса или лимонной кислоты.

Приятный вкус свежим грибам придаст сметанный соус. Грибы рекомендуется заливать им только после того, как они хорошо прожарятся.

В грибные блюда не кладут острых приправ, чтобы не заглушить приятного грибного вкуса. По этой же причине их не принято сильно солить.

Грибные блюда можно хранить 24—30 ч в холодильнике при температуре —2...—4 °С. Нельзя оставлять на следующий день грибные блюда, приготовленные с картофелем.

В домашних условиях опасно консервировать грибы на масле в герметически укупоренной посуде без добавления уксусной или лимонной кислоты. Такие

консервы служат питательной средой для развития спор ботулинуса — бактерии, вызывающей крайне тяжелое заболевание — ботулизм.

Грибы останутся свежими до трех дней, если уложить их в сито или дуршлаг, а затем в эмалированную кастрюлю и, не закрывая крышкой, поставить в холодильник или темное прохладное место.

Соленые грибы нельзя хранить в тепле, но нельзя и промораживать. В том и другом случае они темнеют.

Заплесневелые грибы надо тщательно перебрать, промыть холодной, слегка подсоленной водой и залить свежим, более крепким маринадом или рассолом.

Отсыревшие сушеные грибы следует подсушить в умеренно нагретой духовке или печке, иначе они начнут плесневеть и портиться.

Если сушеные грибы подержать несколько часов в подсоленном молоке, они станут как свежие.

Сушеные лисички развариваются лучше, если добавить в воду немного пищевой соды.

Чтобы отвар подберезовиков и подосиновиков не почернел, перед приготовлением грибы надо обдать кипятком и подержать в этой воде 10 мин, а затем промыть.

Дыни и арбузы — в лечебном питании

Людям, страдающим сердечно-сосудистыми заболеваниями, болезнями почек, печени, рекомендуется дыня.

У хорошей дыни обычно толстый стебель. Зрелость дыни можно определить, если нажать на ее макушку,— у недозрелой дыни она твердая, а у спелой — немного поддается при нажиме.

Тем, у кого обнаруживается склонность к избыточному весу, рекомендуется периодически, но не

чаще одного раза в неделю, устраивать разгрузочные арбузные дни: съедать 3 кг арбузов.

Арбуз обладает выраженным мочегонным эффектом, и это его свойство в сочетании с низкой калорийностью используется в питании больных людей.

Арбуз полезен при хронических заболеваниях почек и печени, сердечно-сосудистой системы, а также при малокровии.

Выбирая арбуз, обратите внимание на корку. У спелого арбуза она блестящая, если по ней постучать, слышится звук чистый, звонкий.

Яблоки полезны всем

Яблоки богаты пектиновыми веществами, которые способны уничтожать и выводить из организма вредные бактерии и ядовитые вещества, а также радионуклиды. В них много витаминов. Одно-два яблока обеспечивают суточную потребность человека в витамине С. Кроме того, в них содержатся также витамины B_1, B_2, РР и Р, которые помогают организму поддерживать нормальную эластичность стенок кровеносных сосудов. Вот почему яблоки особенно полезны тем, у кого повышенное давление.

В кислых яблоках много органических кислот. В антоновских в 3 раза больше, чем в крымских, среднеазиатских сортах. Поэтому пожилым людям, у которых несколько понижена кислотность желудочного сока, лучше есть кислые яблоки. Органические кислоты способствуют пищеварению, возбуждая деятельность желез и усиливая перистальтику кишечника. И наоборот, при расстройстве кишечника рекомендуют яблочное пюре из сладких яблок, чтобы избежать усиления двигательной функции кишечника.

Яблоки имеют низкую калорийность (в 100 г содержится лишь 50 калорий) и с успехом используются для разгрузочных диет. Страдающим ожирением назначают яблочные дни (рекомендуется за сутки в 5 приемов съедать 1,5 кг яблок, предпочтительно кислых сортов). Чувство голода при этом обычно не возникает.

Очищенные и нарезанные для салата яблоки рекомендуется положить на 10 мин в слегка подсоленную холодную воду — они не потемнеют.

Супы и бульоны

Супы готовят на различных отварах, на молоке, хлебном квасе, но в большинстве случаев основой для приготовления первых блюд служат бульоны — мясные, рыбные, грибные, из домашней птицы.

Для приготовления мясного бульона необходимо вымыть под струей холодной воды мясо, залить холодной водой и поставить кастрюлю на сильный огонь. Как только вода закипит, снять шумовкой пену и убавить огонь, чтобы не было бурного кипения. Появляющийся на поверхности жир нужно снять, иначе при длительной варке бульон приобретет привкус сала. Жир этот можно использовать для поджаривания кореньев и лука. Через час-полтора в бульон положить коренья и лук. Лук лучше разрезать на половинки и поджарить их на сковороде без жира до получения темной корочки — в этом случае он придаст бульону приятный цвет и аппетитный аромат. Солят бульон за 30 мин до окончания варки.

При медленном кипении бульон должен вариться 2—3 ч. Как только мясо будет готово (сваренное мясо легко протыкается вилкой), его надо переложить в другую посуду, а бульон процедить.

Из бульона можно приготовить любые супы — заправочные, прозрачные, супы-пюре. По вкусу и набору продуктов заправочные супы делятся на острые (щи, борщи, рассольники) и пресные (из свежих овощей, крупяные и с макаронными изделиями).

Всем супам придают аромат, улучшают внешний вид и вкус различные коренья (петрушка, сельдерей, морковь, пастернак), специи и приправы (лавровый лист, перец, кориандр), репчатый лук.

Коренья не рекомендуется класть в бульон в сыром виде, так как в процессе варки они теряют ароматические вещества. Лучше их слегка поджарить, предварительно мелко нарезав или натерев на крупной терке.

Если суп варится с овощами, то нарезать их старайтесь кусочками такой формы, как другие продукты, входящие в суп. Для картофельного супа с крупой коренья и картофель лучше нарезать кубиками, а для супа с вермишелью — соломкой.

В щи, борщи овощи закладывают не все сразу. Морковь бывает готова через 20—30 мин варки, щавель и шпинат — через 10 мин, ненарезанный картофель варится 25—30 мин, капуста — 20...30 мин, свекла — 1 ч 30 мин. Значит, последовательность закладки должна быть примерно такой: сначала свекла, затем капуста и, наконец, картофель и морковь.

Крупы, горох, фасоль, чечевицу перед тем, как положить в бульон, надо перебрать и тщательно промыть. Овсянку промывают сначала в теплой, потом в горячей воде. Так же поступают с перловой и пшеничной крупой. Рис и пшено моют в холодной воде — до тех пор, пока вода на станет совершенно прозрачной.

Промытый рис для супа нужно положить на 3—5 мин в кипящую воду, откинуть на сито, а затем варить в бульоне.

Перловую крупу для более быстрого разваривания замачивают на 2—3 ч, а горох, фасоль, чечевицу — на 4—6 ч. Еще одна особенность варки перловой крупы: чтобы суп не был с синеватым оттенком, надо сначала отдельно отварить крупу почти до готовности.

Чтобы суп с лапшой не получился мутным, нужно опустить ее на 1 мин в горячую воду и откинуть на сито, а затем уже положить в бульон и варить до готовности.

Крупы засыпают в кипящий бульон одновременно с жареным луком и морковью и варят 5—10 мин, а затем опускают картофель.

Макароны варят 10—15 мин до картофеля, а лапшу и вермишель вместе с ним.

Овощной суп станет намного вкуснее и питательнее, если добавить в него молоко, сливки, простоквашу или сметану.

Перед тем как вылить в суп сырое яйцо, рекомендуется смешать его с небольшим количеством охлажденного бульона.

Для некоторых супов используют мучную заправку. Готовят ее так: в алюминиевую кастрюльку кладут масло, муку (на 1 столовую ложку муки — ложку масла), размешивают и слегка поджаривают минут 5—10, непрерывно помешивая, не давая подрумяниться. Поджаренную муку разводят бульоном и вливают в суп за 10—15 мин до окончания варки. Для зеленых щей муку можно поджарить вместе с кореньями.

Мучную заправку используют главным образом для приготовления супов-пюре, чтобы частицы протертых продуктов не оседали на дно, а распределялись в бульоне равномерно.

Чтобы приготовить прозрачные супы, продукты для них варят отдельно. Рис, яйца, клецки, овощи кладут в тарелки перед подачей на стол и заливают горячим бульоном или перед самым обедом добавляют эти продукты в кастрюлю с бульоном, что позволяет сохранить его прозрачность.

Если же бульон получился недостаточно прозрачным, его можно осветлить. Для этого на 1 л бульона надо взять один яичный белок, хорошо взбить его и влить в горячий бульон. Когда он закипит, снять пену и процедить через сито или салфетку. Существует еще один способ получения совершенно прозрачного бульона. В этом случае он получается крепче. 300 г мясного фарша положить в отдельную кастрюлю, добавить один белок, стакан бульона, перемешать и в таком виде оставить на 20—30 мин. Затем все это влить в горячий бульон, закрыть крышкой кастрюлю и при слабом кипении варить 30—40 мин. Если на дно выпадет осадок, бульон можно осторожно процедить. Такой бульон подают в бульонных чашках с яйцом, а к нему — гренки или пирожки.

Даже у опытных хозяек бульон из замороженного мяса получается непрозрачным. Но если положить в кастрюлю хорошо вымытые скорлупки яиц (потом их, конечно, надо вынуть), то бульон будет иметь аппетитный вид.

Прозрачный мясной бульон приобретет особенно приятный вкус, если при варке в него положить кусочек сухого сыра.

Бульон лучше варить в эмалированной кастрюле.

Для приготовления 4—5 тарелок бульона берут 400—500 г мяса на 3 л холодной воды.

Некоторые сорта белокочанной капусты придают супам горьковатый привкус. Поэтому перед использованием капусту следует обдать кипятком и через 3 мин откинуть на сито.

Суп-пюре будет вкуснее, если заправить его сливочным маслом или сливками перед окончанием варки.

Суп-пюре заправляют также смесью молока с сырым яичным желтком. Для этого желток хорошенько растирают, постепенно добавляя полстакана молока, вливают в разогретый суп, все время помешивая, и доводят его до кипения, но не кипятят, иначе желтки свернутся хлопьями.

Чтобы суп был гуще, можно заправить его смесью пшеничной муки со сливочным маслом. Для этого столовую ложку масла растирают со столовой ложкой муки, разбавляют эту смесь 4 ложками охлажденного бульона, тщательно размешивают, чтобы не было комочков, а затем вливают в разогреваемый суп и проваривают 10—15 мин. Такой смесью можно заправлять многие супы, кроме крупяных и с макаронными изделиями.

Лук для супа рекомендуется нарезать мелкими квадратиками — так вкуснее и красивее. И при обжаривании лук, нарезанный кубиками, обладает более нежным вкусом, чем нарезанный колечками.

В куриный бульон не кладите никаких приправ — только луковицу и морковь,— иначе он потеряет аромат.

Не следует оставлять в готовом супе лавровый лист — от него ухудшается вкус супа.

Толченый чеснок добавляют в блюда в конце варки.

Чтобы бульон при разогревании сохранил прозрачность, следует поставить его на маленький огонь, не допуская кипения. При этом крышка кастрюли должна быть закрыта не слишком плотно, чтобы пар мог свободно выходить: это предохраняет отвар от помутнения.

Борщ варят сначала на большом огне, сняв пену и положив зелень, затем убавляют огонь: пусть борщ томится под крышкой.

Щи и борщ не рекомендуется готовить на завтра. Лучше приготовить полуфабрикаты. В холодильнике отлично «переночуют» бульон, вареная неочищенная свекла, обжаренные овощи — лук, морковь, белые коренья. И завтра останется только заправить борщ овощами. Это быстро и, главное, сохраняется питательная ценность блюда. Отварное мясо следует вынуть из бульона и держать в закрытой посуде в холодильнике.

Суп перед подачей на стол не забудьте посыпать мелко нарезанным луком, петрушкой, укропом. Можно использовать для этого и ботву свежего редиса: она даже полезнее, чем сам редис.

Не выливайте отвар, в котором варились овощи,— в нем много ценных веществ (в том числе почти все витамины группы В). Используйте его для приготовления супов, соусов.

Пересоленный суп не следует разбавлять водой или бульоном. Достаточно опустить в него марлевый мешочек с любой кашей, отваренной без соли, и прокипятить 10—12 мин.

Все крупы (кроме манной), а также горох, фасоль перед закладкой в бульон перебирают и тщательно промывают.

Щи из квашеной капусты будут вкуснее, если предварительно ее немного потушить. Заправить щи можно томатным соусом или рассолом квашеной капусты.

Готовый рассольник хорошо заправить процеженным рассолом соленых огурцов, предварительно вскипятив его.

В борщ для улучшения вкуса хорошо добавить сок, отжатый из сырой клюквы. Для этого ягоды обдают кипятком, разминают и процеживают. Можно заправить борщ и свекольным соком (консервированной, маринованной свеклы). И клюква, и свекольный сок придадут борщу интенсивную окраску и выразительный вкус. После добавления соков борщ доводят до кипения.

Если при варке рыбного бульона пена опустится на дно, надо влить в горячий бульон стакан холодной воды — большая часть пены поднимется вверх, и бульон посветлеет.

Рыбный бульон после закипания продолжают варить на слабом огне, так как при варке на сильном огне жир, выделяющийся из рыбы, частично переходит в глицерин и жирные кислоты, делающие бульон салистым, мутным, ухудшает его запах и вкус.

Не от всякой рыбы получается прозрачный бульон, но его можно осветлить. Для этого яичные желтки надо размешать с холодным бульоном (1 : 3), вылить в горячий бульон и довести до кипения, но не кипятить, снять с огня и дать отстояться 20—30 мин, после чего процедить через марлю.

Мясные продукты

Свежее мясо имеет красноватый или розовый цвет в зависимости от возраста или вида животного. (Ба-

ранина может быть с малиновым оттенком.) Жир не липнет к рукам отличается белым, иногда розоватым цветом. Костный жир плотный и не мажется. Если нажать пальцем на мясо, то ямка от вдавливания выравнивается.

Молодая курица имеет ярко-красный гребешок, светлые ножки, задний палец лапки маленький, молодой гусь — короткий желтый клюв и гладкие желтые ноги. У молодой индюшки светлый гребень, шея и ножки серые с гладкой кожей.

Замороженное мясо перед приготовлением необходимо разморозить, особенно если оно в большом куске. Для этого его следует развернуть и положить в закрытый сосуд. Выделившийся при размораживании сок можно использовать для соуса. Если нужно, чтобы мясо оттаяло скорее, можно положить его в нежаркую духовку или подержать в полиэтиленовом мешочке под струей холодной воды. После оттаивания мясо должно быть обязательно использовано. Снова класть его в холодильник не рекомендуется.

Мыть мясо нужно проточной водой и всегда непосредственно перед тем, как готовить,— вымытое мясо быстро портится.

Большие куски свинины надо мыть под струей холодной воды, а маленькие лучше всего поскоблить ножом, так как при мытье они теряют слишком много сока. Вымытое мясо нужно насухо вытереть, так как в мокром виде оно плохо зажаривается.

Мясо не следует оставлять в воде.

Мясо рекомендуется резать на мокрой доске, так как сухое дерево впитывает часть его сока.

Сырое и вареное мясо необходимо разделывать на разных досках, а ножи и мясорубки после обработки сырого мяса тщательно мыть горячей водой с мылом.

Прежде чем готовить, мясо надо тщательно очистить от сухожилий и пленок, чтобы куски во время тепловой обработки не стянулись, потеряв нужную форму, не стали жесткими.

При варке и жаренье мяса не рекомендуется полностью срезать с него жир. Тонкий слой жира препятствует потере сока, в связи с чем оно получается более сочным и вкусным. Сочность мясо сохраняет и тогда, когда его жарят большим куском в сильно разогретом жиру.

Сырое мясо не следует солить до тепловой обработки. Соль вызывает преждевременное отделение сока, что понижает питательные и вкусовые свойства мяса.

Мясо, пока оно варится, и непосредственно после варки нельзя резать — оно потеряет значительную часть питательных веществ.

Чтобы вареное мясо было сочным, его надо оставить до момента подачи на стол в собственном бульоне в кастрюле с закрытой крышкой.

Значительно сокращается время кулинарной обработки и улучшается вкус мяса после бланшировки. Для этого его освобождают от сухожилий, костей и жира, нарезают поперек волокон кусками по 100 г и кладут в кипящую воду на 5—7 мин. За это время теряется практически столько же экстрактивных веществ, как и при отваривании. Полученные таким путем полуфабрикаты можно тушить, делать из них котлеты, паштеты, тефтели.

Для приготовления из бланшированного мяса супа или паштета требуется всего 15—20 мин.

При варке старой говядины рекомендуется прибавить чайную ложечку уксуса — оно станет вкуснее и быстрее сварится. Для этой же цели можно перед варкой натереть мясо содой и дать ему полежать 3—4 ч, затем промыть и варить.

Мясо, отваренное мелкими кусочками, менее сочно и вкусно, чем отваренное большим куском.

Жесткое старое мясо станет нежным и мягким, если его на некоторое время натереть со всех сторон сухой горчицей, затем вымыть в холодной воде.

При жаренье мяса кусочками не следует наливать на сковороду много жира, так как мясо впитывает его и становится очень тяжелым.

Обжаривать мясо, цыплят, крокеты, отбивные, шницели лучше на сливочном масле, добавив в него столовую ложку растительного. Так сливочное масло не будет пригорать, а вкус растительного не почувствуется.

Мясо надо жарить перед подачей к столу. А солить следует непосредственно перед тем, как положить на раскаленную сковороду, иначе оно не будет сочным.

Переворачивать мясо во время жаренья надо щипцами, лопаткой, но ни в коем случае не вилкой. Через отверстия, сделанные ею, вытекает сок, мясо становится сухим, теряет вкусовые и питательные свойства.

Мясо станет значительно вкуснее, если перед приготовлением его отбить на доске, смоченной водой.

Мясо, которое жарится в духовке, получится более нежным и сочным, если его натереть долькой лимона, а во время жаренья поливать время от времени горячей водой или бульоном. От холодной воды мясо становится жестче.

Запекая мясо в духовке, добавьте к нему помимо соли, черного молотого перца, жира и небольшого количества воды 1—2 столовые ложки коньяка. Мясо станет нежнее, сочнее и вкуснее.

Чтобы запеченная свинина была вкусной и румяной, перед тем как поставить ее в духовку, рекомендуется острием ножа сделать несколько глубоких надрезов на поверхности.

Вода, налитая в жестянку и поставленная в духовку, где жарится мясо, предохранит его от высыхания и не даст ему подгореть.

Запеченное или жареное мясо будет сочнее, если после духовки подержать его над кастрюлей с кипящей водой 15 мин.

Чтобы быстрее приготовить тушеное мясо, в него надо добавить 1—3 столовые ложки уксуса в зависимости от количества мяса.

Перед тем как подогревать оставшееся со вчерашнего дня жареное мясо, надо сбрызнуть его несколькими ложками холодной воды, добавить немного жира и поставить на огонь. Подогретое таким образом оно полностью сохранит вкус свежего жареного или запеченного мяса.

Разогревая остатки жареной свинины, заверните их в промасленную пергаментную бумагу и положите в не очень горячую духовку. Свинина станет мягкой и сочной.

Если мясо заветрено и немного пахнет, промойте его в подкисленной уксусом воде.

Чтобы освежить мясо, у которого появился запах, на дно кастрюли кладут кусок древесного угля величиной с куриное яйцо. Мясо разрезают на кусочки, промывают в холодной воде, кладут в кастрюлю с углем и заливают холодной водой, чтобы она полностью покрыла мясо. Дают постоять 2—3 ч, затем уголь вынимают и варят мясо в той же воде.

Летом, чтобы на день-два предохранить мясо от порчи, рекомендуется залить его сырым молоком так, чтобы кусок целиком погружался в нем. Молоко задерживает развитие гнилостных бактерий.

В течение суток мясо сохранится свежим, если его завернуть в салфетку, смоченную уксусом.

Мясо может храниться несколько дней, если переложить его листьями крапивы и завернуть в мокрое полотенце.

Даже в самую жаркую погоду 1,5—2 дня можно не бояться за мясо, если завернуть его в мокрое полотенце, положить в глиняную посуду и поставить ее в емкость с холодной соленой водой. Держать в прохладном месте или хотя бы в тени.

Еще дольше — 3 дня мясо остается свежим, если сначала вытереть его досуха, а потом обмазать растопленным свежим смальцем.

Мясо можно хранить несколько дней даже в жаркую погоду, если натереть его лимонным соком и оставить в холодном месте.

Мясо сохранится свежим в течение недели, если завернуть его в полотно, пропитанное салициловой кислотой (1 чайная ложка на 0,5 л воды). Перед употреблением мясо тщательно промывают.

Свинина легко впитывает в себя различные запахи, поэтому ее лучше всего хранить в закрытой эмалированной или стеклянной посуде. В холодильнике свинина остается свежей от 3 до 5 дней.

Если нет уверенности в свежести мяса, его следует варить, а не жарить. При длительной варке бактерии, которыми оно может быть заражено, гибнут, а поджаривание не гарантирует полной гибели болезнетворных микробов, находящихся в толще мяса.

В фарше бактерии имеют более благоприятное и обширное поле деятельности, чем в куске мяса. Поэтому фарш не рекомендуется хранить более 12 ч. Если он не может быть использован в тот же день, приготовьте из него котлеты или фрикадельки, которые в обжаренном или вареном виде могут лежать еще сутки.

Шницель при обжарке не пристанет к сковороде, если на разогретый жир положить несколько кружочков моркови.

Если шницель намазать за 1,5—2 ч до жаренья смесью растительного масла и уксуса, он станет мягче.

Отбивные котлеты, шницели и антрекоты следует обжаривать непосредственно перед подачей к столу.

Хорошо поджаренные отбивные котлеты, шницели и антрекоты имеют равномерную красновато-ко-

ричневую корочку, если их наколоть вилкой, выделяют бесцветный сок.

Котлетную массу готовят из говядины, телятины, свинины. Для нее берут мякоть шеи, пашину, а также любые мелкие куски, оставшиеся при разделке мяса, очищают от сухожилий, нарезают и пропускают через мясорубку. Полученный фарш соединяют с замоченным в воде или молоке пшеничным хлебом, хорошо вымешивают, снова пропускают через мясорубку, добавляют измельченный и поджаренный или сырой репчатый лук. В нежирное мясо можно положить внутреннее сало. К очень жирному мясу, например свинине, добавляют нежирное. На 1 кг мяса берут 250 г булки, 300 г воды или молока, 20 г соли, черный перец, по вкусу — лук, чеснок. Соединив все компоненты, массу тщательно взбивают.

Котлеты будут вкуснее, если в фарш положить поровну сырой и слегка поджаренный лук и немного натертого сырого картофеля.

Добавив в котлетную массу пару яиц, ее можно взбить до пышности.

Котлетную массу готовят и так: к мясному фаршу добавляют яйцо, мелко нарезанный лук, зелень петрушки, столовую ложку кислого молока (простокваши), соль, черный молотый перец, а вместо хлеба — толченые сухари. Массу можно на ночь оставить в холодильнике.

Из массы мокрыми руками скатывают шарики, а затем с помощью ножа формуют котлеты.

Кладут котлеты на хорошо разогретую сковороду. Быстро обжарив их с обеих сторон на сильном огне, убавляют его до небольшого и жарят котлеты, переворачивая их 3—4 раза. Всего на партию котлет уходит 12—14 мин.

Если котлеты готовятся на несколько дней, то булку лучше размачивать в воде, а не в молоке.

Провернуть жесткое мясо через мясорубку будет намного легче, если шнек слегка смочить растительным маслом.

Старую курицу перед тушением следует несколько часов подержать в разбавленном уксусе.

Чтобы курица в супе стала мягкой, поварив ее минут 20, выньте из кастрюли и на 3—4 мин погрузи-

те в холодную воду, а потом вновь опустите в кипящий бульон.

Если перед жареньем смазать тушку курицы, цыпленка или утки сметаной, она хорошо подрумянится. А если перед окончанием жаренья полить ее холодной водой, то кожица станет приятно хрустящей.

При обжаривании птицы в духовке кладите ее на противень или сковороду спинкой вниз. Жирную птицу сбрызните горячей водой, не очень жирную — растопленным свиным салом. Чтобы мясо птицы получилось нежным, перед жареньем натрите тушку снаружи и изнутри разрезанным лимоном, а если его нет — добавьте ложку уксуса к воде, в которой готовится птица.

Если при разделке птицы разлилась желчь, надо сразу же протереть прогорклую часть солью и промыть холодной водой — горечь исчезнет.

Пленка с печени легко снимется, если опустить ее на минуту в горячую воду.

Говяжью печень, прежде чем жарить, надо вымочить в молоке — она станет мягче и вкуснее. Жарить печень надо недолго: лишние 1,5—2 мин сделают ее жесткой и невкусной.

Солить печень нужно только в самом конце приготовления.

Чтобы говяжья печень стала мягче, ее лучше нарезать мелкими ломтиками одинаковой толщины, зажарить их, залить сметаной и минут 15—20 тушить.

Вымя — весьма питательный продукт. Его можно тушить, а некоторые хозяйки готовят из него котлеты. Сырое вымя дважды пропускают через мясорубку вместе с луком, во второй раз — вместе с замоченной в воде или молоке булкой. Добавляют в фарш сырое яйцо, перец, солят, формуют котлеты и жарят на сковороде на раскаленном жире. На 1 кг вымени берут $^1/_3$ булки, 2 луковицы, яйцо, перец и соль по вкусу.

Иногда копченую или полукопченую колбасу трудно очистить от кожицы. Если же положить ее на

полминуты в холодную воду, то сделать это будет совсем легко.

Чтобы сосиски не лопнули, их лучше варить на пару, а не в воде. Для этого надо кастрюлю наполовину заполнить водой, а когда она закипит, положить сверху накрест кухонные ложки (лучше деревянные) и на них подвесить сосиски так, чтобы они находились на пару, но не достигали воды. Через 4—5 мин сосиски будут готовы.

Варят сосиски, предварительно сняв синтетическую оболочку, так как некоторые химические вещества, входящие в нее, под воздействием высокой температуры во время кипения могут переходить в фарш.

Оболочка легко снимется, если надрезать ее на одном конце и опустить сосиску сначала в теплую, затем в холодную воду. Разрывать оболочку следует круговыми движениями.

Если ветчина немного засохла, подержите ее полчаса в холодном молоке.

Колбаса дольше не будет портиться, если ее не положить, а подвесить в прохладном месте.

Надрезанный конец колбасы после каждого раза рекомендуется смазывать растительным маслом, яичным белком, прикрывать кусочком лимона или моркови.

Можно предохранить колбасу от плесени, окунув ее в крепкий раствор соли.

Рыба

Для еды пригодна только свежая рыба — несвежая может вызвать тяжелое отравление. Покупая рыбу, особое внимание обратите на ее внешний вид.

Свежая рыба гладка, упруга, жабры розовые или красные, глаза прозрачные, блестящие и выпуклые. У замороженной рыбы жабры светлеют и западают глаза.

Свежую (незамороженную) рыбу чистить надо сразу же, пока не обсохла. Мороженую нужно по-

ложить в стеклянную или эмалированную посуду, прикрыть пленкой и дать оттаять при комнатной температуре. Большие куски можно подержать в холодной воде для окончательного оттаивания.

Мороженая рыба разморозится быстрее, если ее погрузить в холодную воду, добавив на литр чайную ложку соли.

Ускорить оттаивание замороженной рыбы можно и таким способом: положите ее в полиэтиленовый мешочек, завяжите покрепче и погрузите в теплую воду.

Замороженную рыбу нельзя сгибать, сильно сдавливать — это усиливает выделение сока и делает ее волокнистой и сухой.

Чем медленнее замороженная рыба оттаивает, тем больше сохраняется в ней пищевых ценностей.

Филе рекомендуется жарить, не размораживая, в большом количестве жира.

Соленую рыбу, прежде чем разделывать, на 30—40 мин заливают холодной водой, чтобы она слегка набухла — тогда ее будет легче чистить.

Сильно соленую рыбу вымачивают в холодной воде 4—6 ч. Через каждые 1—2 ч воду меняют. После вымачивания ее сразу же готовят — хранить вымоченную рыбу не рекомендуется.

Разморозив рыбу, ее тут же надо почистить: удалить острые плавники, соскоблить чешую от хвоста к голове тупым ножом, специальным скребком или теркой. Затем рыбу обмыть, вскрыть ее ножницами в направлении от низа брюшка к голове. Внутренности не очень крупной рыбы можно удалить, не разрезая брюшка: сделав глубокий разрез возле жабер, перерубить позвоночник и удалить голову вместе с внутренностями. Выпотрошенную рыбу следует тщательно промыть, дать обсохнуть или промокнуть ее мягкой бумагой.

Разделанную рыбу рекомендуется сбрызнуть со всех сторон лимонным соком или слабым раствором столового уксуса. Кислота устраняет специфический

рыбный запах, а мясо ее становится более ароматным и нежным.

Рыбу удобно чистить обыкновенной теркой под умеренной струей холодной воды. Лучше чистится рыба, если ее слегка потереть уксусом и после этого отложить на некоторое время. Если рыба скользкая, опустите пальцы в соль — дело пойдет быстрее. Особенно трудно чистятся линь, окунь. Ошпарьте их или подержите полминуты в кипящей воде, тогда чешуя легко отстанет.

Можно сохранить рыбу 8—10 дней, если, залив ее водой, поставить на огонь, довести до кипения, затем снять и поставить в холодное место. На пятый день воду слить, вскипятить, дать остыть, добавить стакан уксуса, залить рыбу, сверху налить слой растительного масла.

Рыбу, как и мясо, можно бланшировать (см. раздел «Мясные продукты»). Время погружения в кипяток очищенных от чешуи кусочков рыбы — 2...3 мин.

Скумбрию и ставриду лучше отварить, а хек обжарить и после этого залить маринадом.

Нежное, сочное мясо сардинеллы имеет кисловатый привкус. Ее можно жарить и варить.

Мясо путассу напоминает мясо хека. Эту рыбу рекомендуется варить, жарить, использовать для салатов.

В рецептах один сорт рыбы легко заменить другим. Например, палтус, окунь, камбала взаимозаменяемы. Вместо филе можно использовать рыбные палочки.

Для жаренья хороши карась (его жарят в сметане) и навага.

Уху варят из стерлядей, ершей, окуней, пескарей.

Красную рыбу, судак и треску можно фаршировать, но лучше всего для этого подходят щука, карп.

Фаршированная треска. Проверните через мясорубку 600 г трески, 100 г замоченного в молоке белого хлеба, 2 головки репчатого лука и 3—4 дольки чеснока. Фарш посолите, поперчите, добавьте 2 яйца и 100 г сливочного масла. Из фарша сделайте колбаски и, завернув в пергаментную бумагу, отварите.

Охладите, нарежьте кружочками, украсьте мелко нарубленной зеленью, перемешанной с майонезом.

Рыба будет иметь более нежный вкус, если варить ее в воде, разбавленной молоком.

Нельзя варить рыбу на сильном огне, она становится жесткой, а бульон — мутным.

Чтобы вареная рыба была вкуснее, следует солить и перчить ее в конце варки.

Крупную рыбу кладут в кастрюлю с холодной водой, а когда закипит, время от времени подливают еще воды. Чтобы рыба осталась целой, можно застелить дно кастрюли квадратным куском марли, свесив ее края наружу. За эти края вынимают марлю вместе со сваренной рыбой.

Мелкую рыбу опускают только в кипящую воду.

Прежде чем варить рыбу, имеющую сильный специфический запах (треску, камбалу, морского окуня, а иногда и щуку, линя, сома, ставриду), надо приготовить отвар: положить в воду большее, чем обычно, количество кореньев, лука, специй и добавить на 1 л воды стакан огуречного рассола, можно взять кожицу от соленых огурцов или 50 г ароматизированного уксуса. Этот отвар кипятить в течение 10—15 мин, затем охладить, после чего положить в него рыбу и варить.

Чтобы избавиться от неприятного запаха тины, нужно очищенную, вымытую и нарезанную кусочками рыбу уложить в эмалированную посуду, посыпать мелко нарезанным лавровым листом, залить теплой водой и, накрыв крышкой, оставить на час. Перед варкой или жареньем воду слить, а рыбу не ополаскивать.

Для устранения специфического запаха при жаренье рыбы в растительное масло кладут очищенную и нарезанную ломтиками картофелину.

При разделке рыбы может случайно разлиться желчь. Протрите места, куда она попала, солью и промойте холодной водой — горечь исчезнет.

Если бульон, приготовленный для заливной рыбы, получился мутным, можно осветлить его яичным

белком. Влейте белок в охлажденный бульон, размешайте, нагрейте до кипения и подержите на слабом огне 15 мин. Затем дайте бульону отстояться и осторожно, не взбалтывая, процедите через салфетку.

Для получения наваристого рыбного бульона необходимо использовать позвоночник, голову, убрав глаза и жабры, плавники и кожу крупной рыбы.

Морская рыба вкусна под маринадом. Морской окунь, камбалу, палтус, макрурус рекомендуется обжарить и после этого залить маринадом.

Блюда из морской рыбы хороши с соусом. Для жирной рыбы (палтуса, камбалы, зубатки) рекомендуются кисловатые соусы (томатный, луковый, белый). Соусы к такой рыбе, как треска, хек, макрурус, скумбрия и ставрида, должны содержать сметану, масло, яйца. Можно использовать майонез.

Рыба не подгорит на сковороде, если в масло, на котором она жарится, добавить щепотку соли.

Куски нарезанной рыбы не развалятся при жаренье, если их посолить за 10—15 мин до начала приготовления.

Подготовленную к жаренью рыбу желательно обсушить салфеткой.

Жареная рыба получается особенно вкусной, если подержать ее в молоке, затем, обваляв в муке, жарить в кипящем масле. Чтобы жир не разбрызгивался, сковороду можно накрыть дуршлагом.

Треска будет вкуснее, если подрумянившиеся с одной стороны куски перевернуть на другую сторону, положив под каждый из них кусочки сливочного масла, и одновременно посыпать сверху жареным луком.

Любая рыба будет вкуснее, если жарить ее на смеси растительного и сливочного масла (того и другого — одинаковое количество). Накрывать сково-

роду лучше дуршлагом, а не крышкой, чтобы образовалась хрустящая корочка.

Чтобы рыба обжарилась равномерно, большие, толстые куски нужно класть по краям.

При тушении рыбы и особенно филе не следует добавлять много жидкости, так как ее достаточно в самой рыбе.

При запекании рыбного филе в тесте, во фритюре рекомендуется прежде обвалять его в муке, а затем — в тесте.

Для приготовления блюд из фарша, рыбных супов, тушеной рыбы рекомендуется применять тертый мускатный орех — он придает им особый пикантный вкус.

Рыбу для фарша не рекомендуется пропускать через мясорубку, лучше порубить ее ножом из нержавеющей стали, залить яйцом, перемешать, добавить морковь, натертую на мелкой терке, мелко нарубленный лук и пряности (перец, лавровый лист, укроп). Сложить хорошо размешанную массу на глубокую сковороду и полить растительным маслом, после чего плотно закрыть крышкой и поставить на 30—45 мин в духовку.

В качестве соусов и гарниров для отварной рыбы хороши мелко нарезанные соленые и маринованные грибы.

Для жирных сортов рыбы рекомендуется применять соусы с кисловатым привкусом, смягчающие вкус жира (с уксусом, лимонным соком, вином).

Жидкой основой для соусов служат рыбные отвары. Чем концентрированнее отвар, тем вкуснее соус.

К рыбе хороши готовые соусы: «Майонез», «Томатный острый», «Кубанский», «Южный», «Восток», «Ткемали».

Оригинальные гарниры к жареной рыбе получаются из зелени петрушки, укропа и сельдерея. Для приготовления гарнира «зеленые сухари» надо крупно измельченные сухари пережарить вместе с зе-

ленью. Если обжарить зеленые веточки укропа, петрушки и сельдерея, получится гарнир «жареная зелень». Гарнир «зеленое масло» — это мятое сливочное масло, перемешанное с мелко нарезанной зеленью.

Рыбные блюда хорошо гарнировать тонкими кружочками лимона, помидоров.

Соленые и маринованные огурцы и фрукты, каперсы и маслины придают рыбе пикантный вкус. Шпинат и щавель подходят к запеченной рыбе. Лук и хрен — отличный гарнир ко многим рыбным блюдам.

Всегда готовьте рыбу в последнюю очередь. Ее не следует подогревать вторично, как другие продукты, так как она быстро пережаривается.

Не следует вымачивать в воде слабосоленую, нежную и копченую сельдь. Другое дело — сельдь сухая, жесткая, соленая. Она становится гораздо вкуснее и сочнее, если вымокнет в воде.

Чтобы вымочить 1 кг сельди, ее погружают в 2—3 л холодной воды и меняют воду через каждые 3—4 ч. Лучше всего вымачивать сельдь под тонкой струей текущей воды, поставив кастрюлю в раковину и положив на нее сверху фанерный кружочек — это делается для того, чтобы вода не била нежную мякоть.

Вымачивают сельдь от часа до двух дней (в зависимости от степени ее солености и жесткости).

Нежную и мягкую соленую сельдь рекомендуется замочить не в воде, а в крепком холодном настое чая. В воде она размякнет, а в чае даже как бы уплотнится.

Чтобы сельдь крепкого посола стала сочнее, следует после вымачивания разделать ее и залить молоком на 3—4 ч.

Среднесоленую сельдь можно залить молоком сразу, предварительно не замачивая. На 1 кг филе понадобится примерно 1 стакан молока.

Хранить сельдь (соленую и маринованную) рекомендуется в темном холодном месте. Жир сельди под действием воздуха, света и влаги легко окисляется и приобретает прогорклый вкус.

Неиспользованную сельдь баночного посола нельзя хранить в открытой жестяной банке даже в холодильнике (это относится ко всем рыбным консервам). Ее надо переложить в фарфоровую или стеклянную посуду. Далее можно сделать так: вскипятить пиво, положив в него лавровый лист и черный перец горошком, охладить, залить сельдь, сверху налить слой растительного масла и закрыть посуду пергаментной бумагой. Держать в холодильнике.

Вяленую и сушеную рыбу хранят в сухом, чистом и хорошо проветриваемом затененном помещении при температуре не выше 10 °C: вяленую — до 3 месяцев, сушеную — полгода.

Мороженое филе кальмаров оттаивают в слегка подсоленной холодной воде, ножом снимают верхний темный слой кожи (но можно окунуть филе в горячую воду, затем поскоблить ножом), тщательно промывают холодной водой и отбивают с двух сторон, иначе мясо кальмара будет жестким.

Чем дольше варятся или жарятся кальмары, тем более жесткими они становятся. Обычно они готовы уже через 3—4 мин. Кальмаров с различными приправами или под соусом готовят 10—15 мин.

Отваривают кальмаров целиком или большими кусками, опуская в кипящую соленую воду, куда кладут много свежего или соленого укропа.

Крабы и креветки следует варить в подсоленной, сильно кипящей воде, добавив лавровый лист, перец горошком, стебли укропа.

Запекание в фольге

В фольге можно запекать все, что угодно: кусочки мяса, рыбу, овощи, фрукты, даже целого цыпленка. Продукты необходимо заворачивать в фольгу так, чтобы не вытекал сок, но при этом фольга не должна прилегать к продукту слишком плотно — следует оставить пространство «для воздуха».

Плоские кусочки мяса или рыбы посолите, поперчите, обложите натертыми на терке или мелко нарезанными овощами, добавьте немного масла. Все это

выложите на большой кусок фольги, заверните его и с трех сторон аккуратно трижды закатайте края, положите на противень, налейте на него немного воды и ставьте в духовку. Готово ли блюдо, проверяют вилкой, накалывая прямо через фольгу.

Запекая целиком рыбу или птицу, тушки надо хорошо обернуть фольгой.

А можно воспользоваться следующим способом. Разделайте мясо или рыбу на порционные куски, посолите, поперчите их, натрите лимоном и заверните их вместе с дольками помидоров и репчатого лука в фольгу, уложите на противень и запекайте в горячей духовке.

Яйца

Чтобы определить свежесть яйца, необходимо налить в стакан холодную воду и растворить в ней столовую ложку соли. Свежее яйцо опустится на дно стакана, несвежее — будет плавать сверху, а не очень свежее — в середине стакана.

Чтобы отличить вареное яйцо от сырого, не надо разбивать скорлупу, достаточно повращать его на столе. Вареное яйцо будет крутиться, а сырое, сделав один-два оборота, остановится.

Если используется только белок, а желток необходимо сохранить на несколько дней, надо проткнуть яйцо с обеих противоположных сторон толстой иглой: белок вытечет, а желток останется в скорлупе.

Яйца с надтреснутой скорлупой не вытекают, если варить их в очень соленой воде или добавить в воду немного уксуса.

Замерзшие яйца размораживают, погрузив их на продолжительное время в холодную подсоленную воду.

Если яйца варятся на сильном огне, белок становится твердым, а желток — более мягким. А если варить яйца на медленном огне, то желток приобретает твердость, а белок становится рыхлым.

Чтобы сварить яйцо всмятку, надо опустить его в кипящую воду на 2—3 мин, «в мешочек» — на 4—5 мин, вкрутую — на 8—10 мин.

Сняв с огня, яйцо следует сразу же опустить в холодную воду — оно легче очистится.

Нередко для приготовления теста требуются только желтки. А что делать с белками? Из них можно приготовить яичницу: слегка поджарить нарезанный кружочками лук, на кончике ножа добавить размельченные дрожжи и вылить на сковороду белки. Жарят яичницу при постоянном помешивании.

Можно приготовить из белков и другие блюда, например мусс. В пену взбитых белков добавляют сахарную пудру, варенье или тертые яблоки и хорошенько перемешивают — мусс готов.

Из белков готовят впрок так называемый «искусственный рис». Белки вливают в мисочку, добавляют картофельную муку, чтобы получилась вязкая масса, и пропускают это «тесто» через дуршлаг над листом чистой бумаги равномерным слоем. Когда он подсохнет, ссыпают в баночку и хранят, как крупу. Используют для приготовления супов или отваривают, как макароны, и подают с мясом и овощами — подсоленным, а с соком, сметаной или вареньем — подслащенным.

Чтобы яичный омлет стал пышным, в него добавляют воду или молоко (1 столовая ложка на яйцо) и хорошенько взбивают.

Приготовление вкусного омлета требует особых условий. Прежде всего для этого необходима тяжелая сковорода с ровным дном. Некоторые кулинары утверждают, что в сковороде, которая используется для омлетов, нельзя готовить ничего другого, нельзя ее мыть, а достаточно еще горячую сковороду протереть тампоном из чистой бумаги с небольшим количеством крупной соли и слегка промаслить для предотвращения ржавчины.

Чтобы легче взбить белки в крепкую пену, надо подержать яйца в течение часа в холодной воде или охладить белки до 1—2 °С.

Щепотка соли и немного лимонного сока также помогут ускорить процесс взбивания белков.

Если яйца не совсем свежие, в сбиваемые белки добавляют несколько капель лимонной кислоты.

Чтобы скорее взбить белок, нельзя допускать попадания в него жира, желтка или воды.

Взбивать белки нужно без перерыва, сначала медленно, затем постепенно усиливая темп.

Взбитые белки следует вводить в тесто (кремы), осторожно помешивая. При сильном помешивании белки оседают, и изделие получается плотным, непропеченным.

Если взбиваемый белок предназначается для пирога, то, добавив в белок немного сахара, можно ускорить процедуру взбивания.

Взбитые белки очень нежны и быстро оседают, поэтому тесто, в которое они добавлены, нужно печь сразу же, а крем со взбитыми белками выставить на холод.

Белки не должны долго стоять, так как в них развиваются вредные бактерии. Их надо сразу же употреблять в пищу.

Нельзя взбивать яйца в алюминиевой посуде, так как от этого желтки зеленеют, а белки темнеют. Лучше всего делать это в фарфоровой, пластмассовой или стеклянной посуде.

Чтобы запасти свежие яйца впрок, их ровным слоем смазывают вазелином, свиным несоленым салом или топленым маслом, складывают в картонную коробку, которую держат открытой. Хранят в сухом, прохладном месте, можно в комнате. Таким образом яйца останутся в течение нескольких месяцев свежими.

Яйца дольше сохранятся, если:

смазать их белком, дать высохнуть, завернуть каждое в бумагу и сложить в коробку;

сложить их в ящик и пересыпать золой;

сложить их в сетку, быстро опустить в кипяток, а затем в холодную воду, дать высохнуть и хранить в прохладном месте, лучше при температуре +1...+2 °С, причем только сухие, чистые, укладывая их острыми концами вниз.

Нельзя держать яйца рядом с остро пахнущими продуктами (сыром, сельдью, специями), так как они быстро впитывают посторонние запахи.

Хорошо сохраняются яйца в солевом растворе (20 г соли на 1 л воды).

Можно хранить яйца, смазав их льняным маслом, смесью парафина и подсолнечного масла или воска и подсолнечного масла.

Желтки яиц, не использованные сразу, можно сохранить свежими, поставив их в прохладное место или опустив в банку с холодной водой.

Молоко

Ценность молока состоит в том, что оно сочетает приятный вкус с содержанием очень важных для организма человека питательных веществ. В молоке содержится более 120 полезных компонентов, причем, что особенно важно, сочетание их очень благоприятное. В молочном белке имеется более 20 аминокислот, необходимых для создания новых клеток и тканей у молодых растущих организмов. Молочный жир биологически самый полноценный. В его составе обнаружено около 60 важнейших жирных кислот; в других жирах их содержится всего лишь 5—7. В жире молока растворены витамины A, D, E, кроме того, имеются витамины B_1, B_2, PP и C. Молочный сахар, или лактоза, содержится только в молоке. Лактоза является источником энергии для работы мышц и составной частью клеток и тканей, а также участвует в обеспечении нормальной работы сердца и печени. Огромна роль лактозы для процесса пищеварения. В кишечнике она расщепляется очень медленно, ограничивает процессы брожения, способствует развитию молочнокислых бактерий, подавляющих рост гнилостных микробов.

Молоко — хороший источник минеральных солей. Особенно богато оно солями кальция, фосфора. В нем содержатся железо, необходимое для кроветворения, соли калия и натрия, участвующие в регулировании водного обмена, микроэлементы — йод, медь, марганец, кобальт и др., а также ферменты, регулирующие жизненно важные процессы, происходящие в организме. Благодаря своему химическому составу молоко является высококалорийным продуктом питания, легко переваривается даже при отсутствии аппетита.

4—2103

Молоко можно употреблять в разных видах. Наибольшую ценность представляет свежевыдоенное цельное молоко, так как в нем содержатся все питательные вещества. Из молока приготавливают сыр и разнообразные кисломолочные продукты — простоквашу, кефир, ацидофилин, кумыс, творог, сливки и др.

Однако необходимо помнить, что молоко — хорошая питательная среда для различных микроорганизмов, в том числе и болезнетворных, поэтому при определенных условиях оно может оказаться источником пищевых отравлений и других заболеваний. Нельзя употреблять в сыром виде сборное молоко. Молоко, продаваемое в бутылках и пакетах, проходит специальную обработку на молочных заводах. Оно подвергается пастеризации — прогреванию при заданной температуре в течение определенного времени, чем достигается его обеззараживание. Пастеризованное молоко сохраняет питательные и вкусовые свойства. Рыночное и фляжное молоко необходимо кипятить и сразу же охлаждать.

Как отличить свежие молочные продукты от несвежих. Хорошее свежее молоко густое, белого или кремового цвета, с приятным запахом, сладковатое на вкус. У разведенного водой молока голубоватый оттенок и неопределенный вкус. Если хорошее жирное молоко капнуть на ноготь, то форма капли почти не изменится, а капля разведенного молока расплывется.

Для свежего творога характерен белый или слегка желтоватый цвет, приятный кисловатый запах и вкус. Хороший творог не слишком сухой, не комковатый, но и не слишком влажный, не перенасыщен сывороткой.

Недоброкачественный творог пахнет плесенью, неприятен на вкус, ослизлый.

Сметана хорошего качества имеет однородную густую консистенцию, белый или желтоватый цвет, кисловатый вкус. Сметану нельзя замораживать: она станет невкусной, комковатой и выделит сыворотку.

Несвежая сметана обычно горчит, имеет затхлый запах, дает отстой.

Свежая простокваша имеет приятный кисловатый вкус, загустевает плотным студнем, от которого не

отделяется сыворотка. Цвет простокваши белый или слегка желтоватый.

Чтобы молоко долго не прокисало, рекомендуется кипятить его с добавлением сахара (1 чайная ложка на 1 л молока). Можно также положить чуть-чуть пищевой соды. Предохранит молоко от скисания и добавленная в него щепотка соли.

Прежде чем поставить молоко кипятить, ополосните кастрюлю холодной водой, и оно не пригорит.

При кипячении молока на поверхности образуется пенка. Многие не любят, если она попадает в чай, кофе, какао. Чтобы не дать образоваться пенке, помешивайте молоко при кипячении, а как только оно вскипит — быстро охладите.

Подгоревшее молоко теряет неприятный привкус, если тотчас же перелить его в другую посуду, поставить ее в таз с холодной водой, а в молоко всыпать щепотку соли и взболтать его.

Молоко не убежит, если края кастрюли смазать жиром.

Топленое молоко можно приготовить не только в русской печке или в духовке, но и в обычном термосе. Для этого только что вскипевшее молоко сразу же выливают в чистый, сполоснутый горячей водой термос и закрывают крышкой. Через 6—7 ч молоко станет розовым и ароматным.

Хранить свежее молоко лучше всего в темном и холодном месте. Установлено, что на свету оно теряет значительную часть витаминов А и С.

Молоко быстро впитывает посторонние запахи, поэтому держать его надо всегда в посуде с закрытой крышкой.

Молоко не скиснет даже в жаркий день, если налить его в стеклянный или эмалированный кувшин (кастрюлю) и поставить в таз с холодной водой. Концы салфетки, которой закрыт кувшин (кастрюля), надо погрузить в воду.

Сохранить молоко свежим несколько суток можно при отсутствии холодильника. Для этого нужно кипятить его утром и вечером и охлаждать в открытой посуде.

Кефир по-домашнему. В домашних условиях в качестве закваски для приготовления кефира удобно пользоваться кефирными таблетками или готовым кефиром (1 столовая ложка кефира или 1 кефирная таблетка разводится в стакане молока). Молоко кипятят, дают ему остыть, но так, чтобы оно оставалось теплым, добавляют в него приготовленную закваску (1—2 столовые ложки на 1 стакан молока) и оставляют при комнатной температуре (16—18 °С) на 24 ч зимой или 10—12 ч летом.

Простокваша готовится из кипяченого молока и заквашивается свежей сметаной (1 чайная ложка на 1 стакан молока).

Варенец готовят так же, как и простоквашу, но из топленого молока.

Приготовление творога. Кипяченое молоко, заквашенное сметаной, кефиром или простоквашей (1 чайная ложка на 1 стакан молока), тщательно размешивают и оставляют на 10—12 ч при комнатной температуре. После образования плотного, блестящего сгустка молоко ставят на 30 мин на слабый огонь, затем охлаждают, отбрасывают готовый творог на сито и отжимают через чистую марлю.

Творог хорошо сохраняется завернутым в чистое полотенце, смоченное в подсоленной воде.

Приготовление ряженки. Ряженку готовят из топленого молока. Свежее молоко выливают в глиняную кринку или горшок, накрывают крышкой и ставят в духовку на слабый огонь на 1—2 ч, после чего охлаждают до +35...+37 °С и заквашивают свежей сметаной (1 стакан на 1 л молока), выдерживают при этой температуре на водяной бане 3—5 ч и охлаждают.

Сгущенное стерилизованное молоко без сахара в жестяных банках можно хранить до года. По срав-

нению с обычным оно содержит вдвое больше питательных веществ — 7...8 % жира, около 7 % белка, 8 % молочного сахара и 3 % минеральных веществ.

Сухое молоко сохраняет не только белки, но и жиры, минеральные соли, витамины. Уменьшается лишь содержание витамина С.

Соблюдая все правила, указанные на этикетке, сухое молоко можно хранить до 12 месяцев. Однако если банка или коробочка сухого молока вскрыта, то срок хранения сокращается до нескольких дней.

Держать сухое молоко рекомендуется в сухом прохладном месте, без доступа света. При соприкосновении с воздухом увеличивается влажность порошка, он быстро портится. Поскольку в сухом порошке болезнетворные микробы не развиваются, кипятить молоко не рекомендуется.

Широко используется сухое молоко в детском питании. Для детей грудного возраста выпускают специальные сухие молочные смеси с отварами и мукой, а также сухие смеси «Малютка» и «Малыш», приближенные по составу к женскому молоку.

Для теста лучше всего использовать сырое молоко, но слегка подогретое — оно обеспечивает лучшее брожение. Годится для теста и прокисшее молоко.

Жиры

Следует помнить, что количество потребляемого жира зависит от возраста, пола, а главное от физической нагрузки. Это объясняется тем, что жиры обладают высокой калорийностью: каждые 100 г жира дают 930 ккал. Люди, ведущие малоподвижный образ жизни, не занимающиеся физкультурой и спортом, должны ограничивать количество жира в своем рационе. Однако полностью исключать жиры нельзя. Умеренное потребление жиров, т. е. в таком количестве, когда калорийность пищи не превышает энергозатрат организма,— непременное условие правильно организованного питания.

Сливочное масло. Это незаменимый продукт питания, обладающий высокой усвояемостью и биоло-

гической активностью, отличающийся хорошими вкусовыми качествами.

Доброкачественное масло пахнет сливками и имеет белый или желтый цвет. На разрезанном куске масла не должно быть полос и капель воды.

Широко распространены следующие виды сливочного масла:

«Любительское» — с выраженным привкусом сливок, в котором 78 % жира и 20 % влаги;

«Крестьянское» — с повышенным содержанием пахты, богатое белками и молочным сахаром, содержащее 72,5 % жира и 25 % влаги;

«Бутербродное», имеющее слегка сладковатые вкус и аромат и содержащее 61,5 % жира, 35 % влаги;

с наполнителями — шоколадное, медовое, фруктово-ягодное и др.

Важно правильно хранить масло. На свету при комнатной температуре оно быстро портится — осаливается и прогоркает. Чтобы предохранить масло от порчи, можно завернуть его в чистую полотняную салфетку, пропитанную уксусом, и сверху накрыть миской, положив под нее два кусочка сахара.

Сливочное масло не утратит питательных и вкусовых качеств в течение длительного времени, если его плотно завернуть в пергаментную бумагу небольшими пачками (по 100—150 г) и положить в стеклянную банку с сильно соленой водой. Менять воду следует не реже одного раза в день. Хранить банку лучше в темном месте.

Сливочное масло не рекомендуется использовать для жаренья, так как оно быстро начинает подгорать и дымиться. Чтобы сливочное масло при жаренье не темнело, надо раскаленную сковороду предварительно смазать растительным маслом.

Прогорклое или имеющее плохой вкус масло снова становится вкусным, если его хорошо промыть холодной водой, оформить из него лепешки и выдержать несколько часов в свежем молоке. После этого масло снова следует размять, посолить и выцедить воду.

Прогорклое масло можно перетопить, положив в него ломтик хлеба, который следует удалить, когда он зарумянится. Неприятный запах масла поглощается хлебом. Или еще: 1 кг масла залить 1 стаканом

молока и кипятить на умеренном огне до тех пор, пока вся вода, содержащаяся в молоке, не выкипит, а остальная его часть не приобретет приятный золотистый цвет и не осядет на дно. (Нужно следить за тем, чтобы смесь не подгорела.) После этого масло процедить через частое сито.

Блюда из птицы, молодой баранины, телятины и говядины, гуляши получаются вкуснее, если их приготовить на топленом масле. Оно незаменимо при тушении мяса, обжаривании овощей и т. д. Кроме того, топленое масло долго хранится.

Неприятный запах, появившийся в топленом масле, можно устранить, положив в него кусочки моркови. Через несколько дней масло приобретет вкус свежего.

Кстати, для жаренья лучше использовать смеси жиров. Смеси животных жиров (говяжье сало со свиным) применяют для обжаривания мяса и птицы. Смесь растительного масла и животных жиров хороша для поджаривания рыбы, овощей, мучных изделий.

Растительные масла. По своей биологической активности, обусловленной наличием большого количества полиненасыщенных жирных кислот, фосфатидов и витамина Е, растительные масла иногда превосходят некоторые животные жиры.

Рекомендуется большую часть растительного масла использовать в пищу без тепловой обработки — для заправки салатов, винегретов, сельди. Тепловая обработка снижает качество этого ценного продукта питания.

Растительное масло дольше сохранится, если держать его в холодном, сухом и темном месте. Вообще же срок его хранения — 2 месяца в закрытой упаковке, месяц — в открытом виде.

Маргарин. Это — ценный пищевой продукт, содержащий натуральные растительные жиры, молоко, сахар, соль. Он богат витаминами А и F. Известно, что усвояемость маргарина не ниже, а калорийность на 3—5 % выше сливочного масла.

Маргарины «Столовый молочный» и «Сливочный» содержат растительные жиры — 82 %, молоко — 14,7 %, сахар — 0,5 % и другие компоненты, а в состав «Сливочного» маргарина, кроме того, вхо-

дит 10 % сливочного масла. Используются для приготовления бутербродов и различных изделий из муки. Рекомендуются также для обжаривания мяса, рыбы, картофеля, овощей, сдабривания фарша.

Маргарин «Российский» изготавливается из пищевых растительных жиров — 71,1 %, кокосового масла — 10 %, топленого масла — 10 %, молока — 8,5 %, сахара — 0,4 %. Рекомендуется для приготовления бутербродов, изделий из теста, сдабривания мясного и рыбного фарша, обжаривания мяса, рыбы, овощей.

Маргарин «Любительский» вырабатывается из растительных жиров с вводом кокосового масла — 10 %, молока — 8,5 %, сливочного масла — 8,3 %. Хорош для приготовления бутербродов.

Маргарин «Особый» приготовлен из высококачественных растительных жиров — 82,3 %, кокосового масла — 18 %, молока — 9 %. Рекомендуется для заправки отварных макарон, каш, обжаривания мяса, рыбы, овощей, выпечки тортов, печенья, кексов, пирожков.

Маргарин «Экстра» содержит 82,3 % жиров, кокосового масла — 2,5 %. Кроме того, в него добавляется молоко — 16 %, а также сахар, соль, витамин А. Обладает вкусом сливочного масла. Рекомендуется для приготовления бутербродов.

Маргарин «Славянский» отличается приятным молочным ароматом, нежным вкусом, пластичной консистенцией. Рекомендуется для приготовления бутербродов, заправки отварных макарон, обжаривания мяса, рыбы, овощей.

Маргарин «Радуга» представляет смесь твердых растительных и животных жиров. В нем 22 % растительного масла, 12 % — молока. Хорош для приготовления теста всех видов.

Маргарин «Солнечный» в отличие от других обладает еще и лечебными свойствами. Благодаря компонентам, полученным в результате переработки растительных масел, он особенно хорошо усваивается организмом.

Маргарин «Ленинградский» состоит из набора жиров разной твердости. Подобен «Славянскому».

Маргарин «Новый» предназначен для дрожжевого теста. Пирожки, пончики, блины из такого теста получаются намного мягче и пышнее.

По составу, калорийности и вкусовым качествам маргарины сходны со сливочным маслом. Вместе с растительными маслами, из которых производится маргарин,— подсолнечным, соевым, арахисовым и другими — в организм человека попадают исключительно важные для здоровья, обладающие антисклеротическими свойствами полиненасыщенные жирные кислоты. Они известны под названием витамина F. Этим витамином бедны животные жиры, в том числе сливочное масло. Кроме того, в некоторые виды маргарина добавляются жирорастворимые витамины A и D.

Все это дает возможность использовать маргарин в лечебном питании. Так, установлено, что отложение жира в печени при диете, включающей маргарин, бывает меньшим, чем при диете, включающей одно лишь сливочное масло. Именно поэтому людям, страдающим ожирением, рекомендуется часть положенной им нормы жира заменять маргарином. Да и в пожилом возрасте с целью профилактики атеросклероза часть животных жиров следует заменять маргарином. Содержащиеся в маргарине полиненасыщенные жирные кислоты, фосфатиды, токоферолы — вот одно из средств предупреждения коварного заболевания.

Кулинарные жиры — это безводная смесь саломаса с рафинированными жидкими растительными маслами (подсолнечным, хлопковым, соевым и др.) и топлеными животными жирами (говяжьим, бараньим, свиным). В кулинарный жир «Белорусский» добавлено говяжье сало, в «Украинский» — свиное, в «Восточный» — баранье.

Кулинарный жир «Белорусский» обладает высокой калорийностью, улучшает вкус борщей, картофельных оладий и пирожков. С его помощью можно приготовить аппетитные, поджаристые шницели, котлеты.

Кулинарный жир «Украинский» необходим для приготовления первых и вторых национальных украинских блюд.

Кулинарный жир «Прима» рекомендуется для приготовления заправки к первым блюдам и соусов ко вторым.

Маргогуселин используется для приготовления блюд, в которые добавляется обжаренный лук.

На свином жире готовят блюда из капусты, бобовых, свинины.

На говяжьем жире хорошо обжаривать мясо в натуральном виде.

* * *

Если сливочное масло, маргарин прилипли к бумаге, в которую завернуты, нужно подставить сверток под струю холодной воды и поворачивать так, чтобы вода смочила его со всех сторон. Бумага легко отстанет.

Устранить прогорклый вкус жира можно, прокипятив его с 1—2 головками лука или поджарив в нем кусочек говядины — мясо впитает в себя горечь.

Сыры

В зависимости от химического состава, условий изготовления, внешнего вида и вкусовых свойств сыры отличаются друг от друга.

Крупные сыры имеют специфический тонкий (сырный) вкус, пряный привкус. У этих сыров глазки круглой или овальной формы. Советский, швейцарский и алтайский сыры вырабатываются главным образом на Кавказе и на Алтае, то есть в тех местах, где имеются горные альпийские пастбища, богатые сочными, содержащими много витаминов травами. К группе крупных сыров примыкает российский. Вкус российского сыра слегка кисловатый, тесто нежное, пластичное.

Мелкие сыры имеют своеобразный, слегка кисловатый вкус разных оттенков. Глазки круглые или слегка приплюснутые, распределены равномерно. Корка тонкая. Сыр хорошо режется на ломтики.

Мягкие сыры составляют отдельную группу. Их вкусовой диапазон весьма обширен: дорогобужский, смоленский и закусочный сыры имеют острый вкус с аммиачным или же с грибным привкусом, вкус рокфора — остросоленый, перечный, слегка прогорклый, чайного сыра — приятный кисломолочный.

Рассольные сыры изготовляют не только из коровьего, но также из овечьего молока или из их смеси. Названы они так потому, что созревают и хранятся в рассоле. У этих сыров острый соленый вкус, а у брынзы, грузинского сыра и у сулугуни — с кисломолочным привкусом. Особенность этих сыров и в том, что они не имеют корки.

Плавленые сыры вырабатывают из сычужных сыров, брынзы, творога, сливочного масла, различных специй и наполнителей. Сыры этой группы названы плавлеными, потому что компоненты, входящие в их состав, сплавляются в специальных герметических котлах при температуре 75—90 °С с добавлением пищевых солей-плавителей. Соли повышают усвояемость белков молока.

Плавленые сырки упакованы преимущественно в фольгу. Это увеличивает срок хранения продукта в домашних условиях. Плавленые сырки выпускаются порциями по 30; 62,5 и 100 г.

Форма, размер и масса сыра определяются историческими традициями и технологией изготовления.

Если у вас плохой аппетит, рекомендуется есть острые сыры — голландский, степной, латвийский, волжский, дорогобужский, смоленский, охотничий и, конечно, рокфор.

Не нарезайте сыр заранее — кусочки его быстро сохнут, теряют вкус и аромат.

Прежде чем положить сыр в холодильник, следует завернуть его в полиэтиленовую пленку или в фольгу. В бумаге он высыхает.

Сыр не засохнет, если держать его целым куском в закрытой посуде, куда положен кусочек сахара.

В холодильнике следует класть сыр подальше от морозильника. Если нет холодильника, заверните сыр в салфетку, смоченную соленой водой.

Твердый сыр можно хранить дома не более 10 дней, мягкий — 2...3 дня. У плавленых сыров сроки хранения разные и, как правило, более дли-

тельные, но срезы их быстро желтеют, высыхают, поэтому их следует закрывать фольгой.

Сыр хорош с любым хлебом. Для камамбера рекомендуются хрустящие хлебцы и сухое печенье, для сулугуни — черный хлеб, для рокфора — мягкий белый.

Сыр вместе с жиром образует гладкую ярко-желтую поверхность на гренках, запеканках, приготовленных в духовке.

Пересохший сыр можно сделать свежим и мягким, если подержать немного в молоке.

Нарезая рокфор, нужно смочить нож горячей водой.

Брынза. Как и другие рассольные сыры (чанах, сулугуни), брынза представляет собой своеобразный молочный концентрат. Ее вырабатывают из овечьего или коровьего молока, а нередко из их смеси следующим образом: отвораживают молочный белок сычужным ферментом при температуре 30—32 °С, полученный сгусток прессуют, укладывают в бочки, заливают солевым раствором и выдерживают в нем 15—20 дней. Соленый вкус брынзе придает поваренная соль, остроту — образующиеся в процессе созревания молочнокислые бактерии и аминокислоты.

Брынза — очень полезный продукт. В ней содержится полноценный животный белок, легкоусвояемый молочный жир, которые в основном сохраняют свойства белка и жира натурального молока. Есть в брынзе также минеральные вещества (преимущественно соли кальция и фосфора), микроэлементы, витамины A, B_1, B_2.

Брынза вкусна не только в натуральном виде. Из нее можно готовить различные вкусные блюда, бутерброды.

Однако несмотря на высокую питательную ценность и приятный вкус, брынзу не рекомендуют людям, страдающим гипертонией, язвенной болезнью, заболеваниями почек, сердца. Это объясняется тем, что содержащаяся в ней соль способствует задержке

воды в организме, раздражающе действует на слизистую оболочку желудка, кишечника, почек.

Соленость брынзы можно уменьшить. Для этого ее небольшими кусочками погружают в кипяченую воду или в молоко комнатной температуры и выдерживают так полсуток.

Заливать брынзу кипятком ни в коем случае не следует, так как при этом теряется жир, свертывается белок, плохо выходит соль, а следовательно, уменьшается питательная ценность брынзы, ухудшается ее вкус.

Брынза хороша и с бутербродом как обычный сыр и как питательная добавка к овощным и мучным блюдам. Если брынзу не вымачивать, то блюда, в которые она добавляется, не следует солить.

Мука и мучные изделия

Если в прогорклую муку положить древесный уголь, горечь уменьшится.

Мука повышенной влажности дает ощущение холода, если опустить в нее руку. Такую муку нужно употребить в первую очередь, так как она быстро портится.

Чтобы в муке не завелись жучки, положите в нее несколько долек чеснока, не очищая его от верхней кожицы.

Прежде чем замешивать тесто, рекомендуется просеять муку: это обогатит ее кислородом и разрыхлит, тесто получится пышнее.

Замешивая тесто, не надо высыпать муку в жидкость, а наоборот, жидкость постепенно, тонкой струей вливать в муку и перемешивать.

Муку для блинов и соусов разводят в подсоленной воде — не будет комочков.

Когда ставят для пирогов кислое тесто на дрожжах, то на 1 кг муки следует положить 12 г соли (немногим больше чайной ложки), а в кислое тесто для блинов и оладий — 15 г соли ($1^1/_2$ чайной ложки).

В недосоленное тесто соль добавляют, растворив ее в небольшом количестве воды или молока, и хорошенько промешивают тесто.

Масло для слоеного теста охлаждают, чтобы при раскатывании оно распределилось ровным слоем. Поэтому мягкое масло и само тесто охлаждают после каждого раскатывания. В слоеное тесто добавляют лимонную кислоту и сметану. Кислота подсушивает слои теста при выпечке, а сметана придает изделиям нежный вкус и делает хрустящей корочку.

Тесто, приготовленное для песочного печенья или пирожных, должно постоять немного для созревания, но можно его разделывать и сразу, если сахар заменить сахарной пудрой.

Чтобы песочное тесто не было очень плотным и жестким — не надо месить его очень долго.

Мягкое липкое тесто легко раскатать, покрыв его пергаментной бумагой. Можно раскатать и бутылкой, наполненной холодной водой.

Железные листы, на которых выпекается сдобное тесто, не рекомендуется смазывать жиром, лучше слегка смочить их водой.

Не надо смазывать яйцом края изделий из слоеного теста — при выпекании они затвердеют, и тесто не поднимется.

Тонко раскатанное тесто трудно переложить на лист. Если посыпать его мукой, навернуть на скалку и развернуть осторожно над противнем — тесто не разорвется.

Если тесто поднялось, а духовка еще не готова, остановить дальнейший подъем теста можно, накрыв его смоченной бумагой.

Бисквитное тесто нельзя взбивать в алюминиевой посуде — в ней оно потемнеет.

Чтобы из бисквитного теста не улетучивались пузырьки воздуха, следует быстро замешивать его и выпекать.

Дрожжевое тесто не липнет к рукам, если руки предварительно протереть растительным маслом.

Дрожжевое тесто получается достаточно мягким и воздушным, если в него добавить остывший вареный картофель, натертый на мелкой терке (2—3 картофелины среднего размера на 1 кг муки).

Чтобы кислое дрожжевое тесто было пышным, все продукты, добавляемые в него, должны быть достаточно теплыми. Яйца предварительно греют в теплой воде; молоко, муку, кастрюлю для теста, предназначенные для выпечки, тоже держат сначала в тепле. Но нельзя перегревать. Если, например, молоко или жир будут слишком горячими, то дрожжевые грибки заварятся, потеряют свои свойства и тесто сядет. Приготовленные для теста жиры и соль не держат рядом с дрожжами, так как они препятствуют размножению и действию дрожжевых грибков.

Тесто тоже нужно поставить в теплое, но не жаркое место, иначе оно быстро подойдет, а потом в духовке опустится, и пирог или кекс получится плоским и некрасивым.

Тесто будет подниматься равномерно, если воткнуть в него трубочки макарон.

Прежде чем положить в тесто соду, ее следует развести или, как говорят, погасить в ложке уксуса или лимонной кислоты. Запах соды не будет чувствоваться в пирогах.

Чтобы жир не пенился при жаренье мучных изделий, надо всыпать в него щепотку соли.

Температура выпечки пирога вначале не должна быть слишком высокой. Выпекать нужно при средней температуре и в первые 15—20 мин ни в коем случае не следует открывать дверцу духовки. В конце выпечки пирог накалывают тонкой деревянной лучинкой. Если лучинка остается сухой, значит, тесто хорошее и пирог готов.

Чтобы слоеный пирог с фруктовой начинкой лучше пропекся, надо проколоть в нескольких местах нижний слой теста.

Не следует оставлять испеченный пирог из дрожжевого теста на железном листе — он сделается влажным и приобретет запах железа.

Чтобы пирог не подгорел, на лист под форму с тестом надо насыпать чуточку крупной соли.

Чтобы тесто в духовке сверху не подгорало, нужно поставить туда кастрюлю или другую посуду (без крышки) с холодной водой. Так поступают и в том случае, если духовка чересчур нагрелась.

Если пирог при выпекании прилип к противню или сковороде, поставьте посуду с пирогом на 5—6 мин на мокрое полотенце — и пирог легко снимется.

Готовя печенье, сладкий рулет, кекс или торт, застелите дно противня смазанной маслом пергаментной бумагой — тогда противень останется чистым, можно будет легко свернуть рулет на пергаменте, снять торт, кекс, печенье.

Тесто лучше пропечется, если вокруг пирога на противне оставить пустоты.

Если в дрожжевом тесте недостаточно сахара, пирог с румяной корочкой не получится. Но избыток сахара замедляет процесс брожения теста. Слишком сладкие пироги плохо пропекаются, так что сахар рекомендуется класть в меру, по рецепту.

Если жиров слишком много, пироги получаются рассыпчатыми, с плотным мякишем.

Горячим пирог лучше не резать. Но если все-таки возникла необходимость, делать это рекомендуется горячим ножом.

В начинку для пирога с ягодами не рекомендуется класть сахар. Лучше сделать более сладким тесто, а готовый пирог посыпать сахарной пудрой.

Если пирог печется из плохо подошедшего теста, то он остается низким, а корка получается слишком толстая.

Изюм, инжир и другие фрукты и ягоды надо припудрить мукой, тогда они лучше распределятся по всей массе теста и при выпечке не опустятся на дно.

Чтобы пироги не засыхали, их надо хранить в глиняной посуде или в полиэтиленовом мешочке.

Пончики и пирожки лучше всего жарить в такой смеси: 30% свиного сала, столько же говяжьего и 40 % растительного масла.

Проверить, достаточно ли разогрелся жир для жаренья пирожков, можно так: капнуть сверху 2—3 капли воды, если они испарятся — жир готов, если капельки уйдут на дно — значит, пирожки опускать рано.

Для улучшения аромата при жаренье пирожков в растительное масло добавляют топленое из расчета 300 г на 1 л.

Изделия из теста перед выпечкой сначала смазывают яйцом или маслом, а потом посыпают сахаром, так как в противном случае сахар растворится и впитается в тесто и льезон.

Если повидло для пирожков жидковато, следует добавить 2—3 ложки толченых сухарей или кукурузных хлопьев — получится очень вкусно.

Чтобы кекс получился ярко-желтый, надо растереть с вечера желток со щепоткой соли и оставить до утра в холодном месте.

Если печенье подгорело, нужно дать ему остыть, потом осторожно потереть мелкой теркой и посыпать сверху сахарной пудрой.

В тесто для коржиков или бисквита со смальцем не забудьте добавить сок лимона, чтобы устранить запах смальца.

Блинчики будут вкуснее, если в тесто добавить взбитые яичные белки.

Прежде чем начать жарить блины, нужно тщательно протереть сковороду солью.

В тесто для блинов можно добавить 1—2 столовые ложки растительного масла, тогда не надо будет смазывать сковороду при жаренье.

Когда тесто для блинов подойдет, его ни в коем случае не надо мешать, а то блины не будут пышными.

Галушки и клецки опускают в крутой кипяток. Когда они всплывут на поверхность, можно считать, что они готовы.

Чтобы клецки были более нежными, при замешивании теста добавьте в него 1—2 чайные ложки некислой сметаны.

◇ Если дрожжи положить в муку или соль, они дольше сохраняются.

◇ Посуду, в которой было тесто, моют сначала холодной, затем горячей водой.

◇ Сито после просеивания муки моют холодной водой и сушат, иначе остатки муки склеятся в ячейках. Если же сито не вычищается щеткой, следует подержать го несколько секунд над огнем.

◇ Металлические листы из духовки моют сначала холодной водой, затем ополаскивают густой кашицей из пищевой соды с холодной водой и вытирают насухо.

Крупы, макароны

Крупы обладают многими полезными свойствами. Они содержат большое количество углеводов — 65...85 %. Основной представитель углеводов в них — крахмал, который в процессе варки поглощает воду, набухает и образует крахмальный клейстер. В таком виде крахмал легко переваривается. Содержание белков в крупах относительно высокое — от 6 до 15 %, но они менее ценны, чем белки мяса, рыбы или творога. Жиров в крупах немного — 0,9...3 %. Только в пшене, кукурузной и овсяной крупах количество жира достигает 4—8 %.

В крупах содержатся различные минеральные вещества, в том числе и микроэлементы. Витаминов в них относительно мало. Из круп можно приготовить множество разнообразных вкусных блюд.

Рис. Это — одна из наиболее калорийных круп. Он легко усваивается, потому что содержит минимальное количество клетчатки. Широко применяется рис для щадящих диет, а также при истощении. Это прекрасная пища для пожилых, но не рекомендуется тем, кто страдает запорами и ожирением. Витаминами и минеральными веществами рис беден.

Саго. Готовится из картофельного или кукурузного крахмала. Оно беднее других круп белками, жирами и минеральными веществами, но богаче углеводами. Саго особенно полезно людям, которым рекомендуется ограничивать употребление белка, а также при сниженном весе.

Кукурузная крупа. Получается из белой и желтой кукурузы. В отличие от других круп она содержит витамины D, E и каротин (провитамин A). Хотя блюда из этой крупы дают ощущение сытости, белки ее не полноценны и плохо усваиваются. Она не вызывает запоров и избыточной полноты.

Из кукурузы вырабатывают и другие изделия: воздушную кукурузу, кукурузные хлопья. Взорванная, или воздушная, кукуруза и кукурузные хлопья имеют приятный вкус и усваиваются лучше, чем кукурузная крупа.

Хорошо использовать кукурузные хлопья для заправки супов, можно подавать их с горячим молоком и другими напитками. Варить хлопья не надо.

Перловая и ячневая крупы. Вырабатываются из ячменя. По химическому составу они близки к пшену, но содержание клетчатки в них выше. Поэтому они хуже усваиваются, способствуют опорожнению кишечника и не вызывают излишней полноты. Для сокращения сроков варки крупную перловую крупу, предварительно промыв, замачивают в холодной воде на 3—4 ч и в этой же воде варят.

Гречневая крупа. Превосходит большинство круп по содержанию белка. Важно также, что эти белки богаты ценными аминокислотами.

В гречневой крупе содержится много калия, фосфора, а железа даже больше, чем в мясе и рыбе. Богата она комплексом витаминов группы B. Витами-

на B_1 в ней больше, чем в манной крупе, в 10 раз. Углеводов в гречневой крупе меньше, чем в других крупах, поэтому она не так страшна для тучных. Помимо ядрицы выпускается продельная крупа, которая получается при мелком дроблении зерен гречихи. Размером частиц она напоминает манную. Из нее готовят жидкие, вязкие каши.

Овсяная крупа. Богата белком так же, как гречневая. Особенность ее — высокое содержание растительного жира. Много в ней минеральных веществ: фосфора, калия и железа.

Из овса вырабатывают недробленую и дробленую крупу, а также хлопья «Геркулес» и старинный русский продукт — толокно. «Геркулес» и толокно — очень питательные и нежные продукты.

Пшено. Уступает гречневой, овсяной крупам, рису по своей питательности. Белка в нем довольно много, но он недостаточно ценный. Углеводов столько же, сколько в овсяной и гречневой крупах, и в 2 раза меньше клетчатки. Пшено обладает липотропным действием (препятствуют отложению жира) и оказывает положительное влияние на работу сердечно-сосудистой системы, печени и органов кроветворения. Больше других круп оно содержит солей калия, который необходим сердечной мышце.

Просяной жир легко окисляется и прогоркает. Поэтому при длительном хранении пшено приобретает горьковатый вкус. Рассыпчатая пшенная каша рекомендуется тучным и тем, кто страдает атеросклерозом, склонен к запорам. При заболеваниях органов пищеварения, в частности при гастритах с повышенной кислотностью, блюда из пшена лучше не употреблять.

Манная крупа. Относится к пшеничным крупам. Она почти не содержит грубых частей зерна. По химическому составу приближается к рису. Высокая калорийность, почти полное отсутствие клетчатки делают манную крупу незаменимой в питании детей, а также страдающих желудочно-кишечными заболеваниями, истощением. Не рекомендуются блюда из манной крупы больным сахарным диабетом, атеросклерозом и людям с избыточным весом.

Известны и другие виды пшеничной крупы —

«Полтавская» и «Артек». Их пищевые качества примерно такие же, как и манной крупы, но они несколько грубее.

◇ Крупы легко впитывают запахи, поэтому их надо держать в жестяных или стеклянных плотно закрытых банках.

◇ Очень долго хранить крупу при комнатной температуре нельзя, так как содержащиеся в ней жиры начинают горчить, вкус портится, питательные качества снижаются.

◇ Чтобы проверить доброкачественность крупы, надо насыпать ее на ладонь, согреть дыханием и понюхать — при запахе плесени употреблять в пищу такую крупу не следует.

◇ Чтобы на поверхности манной каши не образовалась твердая корочка, кашу сразу же посыпают сахарным песком.

◇ Гречневая каша получится особенно вкусной, если предварительно обжарить крупу без масла на чистой сковороде и на слабом огне. Когда крупа станет золотистой и начнет потрескивать, нужно прибавить половину чайной ложки сливочного масла и еще пожарить немного. Затем переложить крупу в кастрюлю, залить крутым кипятком и поставить на слабый огонь. Немного посолить и закрыть. Минут через 20, когда крупа вберет всю воду, снять кастрюлю, завернуть во что-нибудь теплое — пусть «подойдет».

Если нужна каша рассыпчатая, мягкая — не надо снимать ее с огня, а помешать как следует ложкой, добавить полстакана кипятка и еще полчаса поварить. На стакан крупы нужно 1,5 стакана воды, 0,5 чайной ложки масла и столько же соли.

◇ Если каша пересохла, пристала к стенкам, ко дну кастрюли, следует прибавить немного кипятка, помешать, снять кастрюлю с плиты и закутать.

◇ При варке молочных каш соль следует класть в молоко перед закладкой круп, а сахар — в конце варки, так как он препятствует размягчению зерен.

◇ Готовя молочные рисовые, ячневые, овсяные и пшеничные каши, крупу рекомендуется сначала проварить 20—30 мин в воде, а затем слить воду, залить горячим молоком и варить до готовности.

◇ Для пожилых людей рекомендуется 1—2 раза

в неделю готовить гречневую или пшенную каши на подсолнечном масле или свином сале.

Способы варки риса. *Универсальный* (для гарнира). Стакан риса, 50 г масла (растительного или сливочного), около 1 л бульона (мясного или овощного), чайная ложка соли без верха, 1—1,5 ложки томатного сока.

Бульон вскипятить, засыпать промытый рис, добавить масло, сок, соль, закрыть кастрюлю крышкой и варить на умеренном огне, пока жидкость не испарится.

Дальневосточный. 5 стаканов риса, 6 стаканов воды без соли. Рис, тщательно промыв, засыпать в холодную воду, плотно накрыть кастрюлю крышкой и быстро на очень сильном огне довести до кипения. Тотчас же переключить на средний огонь и держать на нем 10 мин, затем 5 мин на очень слабом огне. Открыть крышку, положить поверх кастрюли салфетку, вновь закрыть крышкой и выдержать без огня 10 мин.

Азербайджанский. В большую, широкую и глубокую кастрюлю налить до половины или на три четверти подсоленный кипяток, сверху накрыть салфеткой, обвязать ею кастрюлю и на салфетку насыпать промытый рис. Закрыть его опрокинутой вверх дном большой тарелкой, предварительно положив поверх риса кусочек сливочного масла, и поставить кастрюлю на сильный огонь на 20—25 мин.

Вьетнамский. Рис перебрать, не промывая, осторожно обжарить с маслом на сковороде (стакан риса, столовая ложка сливочного масла) до светло-бежевого или розового цвета. Затем переложить в другую посуду, залить стаканом воды (лучше кипятком) и выпарить на умеренном огне под крышкой.

Японский. Стакан риса, 1,5 стакана воды, чайная ложка соли. В кипящую воду засыпать промытый рис, плотно закрыть крышкой, прижав ее так, чтобы не выходил пар, и прогреть на слабом огне ровно 12 мин. Затем выключить огонь и дать постоять еще 12 мин. Лишь после этого открыть крышку.

Духовой. Распустить в кастрюле 50 г маргарина и в горячий жир всыпать 350 г чистого риса. Поджаривать, слегка помешивая. Когда рис станет прозрачным и впитает весь жир, залить его кипятком или

бульоном. Варить, не мешая, около 20 мин. Если бульон будет выкипать, его следует подлить. Затем поставить рис в духовку, там он набухнет и станет мягким. Такой рис — превосходный гарнир к тушеной и жареной говядине, дичи в соусе и т. д.

◇ Любой рис промывают в теплой воде до тех пор, пока она не станет прозрачной. Короткий, кругловатый, толстый рис надо замочить в чуть тепловатой воде на 10—15 мин, затем промыть.

◇ Длинноватый, сухой, но не тонкий, а скорее овальный рис после промывки в холодной воде надо ошпарить кипятком, а затем вновь облить на сите или в дуршлаге холодной водой, после этого отварить.

◇ Рис тонкий, мелкий, сухой, прозрачный, не промывая, замачивают в соленой холодной воде на 5—8 ч и лишь затем несколько раз промывают. При этом соль не растворяют в воде, а заворачивают в тряпочку или салфетку, на которую насыпают рис, а затем заливают водой. Соль лучше использовать крупную, кристаллическую.

◇ Чтобы рис не пригорал, не нужно размешивать его во время варки, а только слегка встряхивать посуду, в которой он варится. Рис также не разварится, если в кипящую воду добавить несколько ложек холодного молока или сок лимона (1 столовая ложка на 1 л воды).

◇ Рис будет белым, если в воду добавить немного уксуса.

◇ Варить рис лучше всего в толстой чугунной кастрюле. В тонкой кастрюле, которая нагревается неравномерно, крупа может внизу подгореть, а сверху остаться сырой.

◇ Но если все же рисовая каша подгорела, надо снять кастрюлю с огня, переложить кашу в другую посуду, а кастрюлю (еще горячую) сразу же опустить в холодную воду — она без труда отмоется. Если не удалось проделать это сразу же, надо налить в кастрюлю холодную воду, добавить 1—2 ложки пищевой соды и прокипятить несколько минут.

◇ Рисовая каша будет вкуснее, если положить в нее перед едой взбитый белок.

Примерное количество жидкости, необходимое для варки каш различной консистенции

Крупа (100 г)	Расход воды (в стаканах)		
	Рассыпчатая	Вязкая	Жидкая
Гречневая	3/4	1,5	—
Пшенная	1	1,5	2
Рисовая	1	1 3/4	2,5
Манная	1	1 3/4	1 1/4
«Геркулес»	—	1,5	2

Примечание. Полстакана гречневой, пшенной, манной крупы, 1 стакан «Геркулеса» соответствуют 100 г.

Варка макаронных изделий. Их варят в высокой тонкостенной кастрюле. Макаронные изделия погружают в кипящую подсоленную воду (на 1 кг сухих макаронных изделий — 5...6 л воды, 50—60 г соли) и варят, периодически помешивая, до готовности в закрытой посуде. Обычно макароны варят 30—40 мин, лапшу — 25...35 мин, вермишель — 7...10 мин, вермишель-паутинку — 2...3 мин.

После отваривания макаронные изделия откидывают на сито или дуршлаг для отделения отвара, после чего немедленно перекидывают в посуду, заправляют растопленным маслом и перемешивают. Отвары от макаронных изделий можно использовать для приготовления супов, соусов.

Чтобы приготовить молочный суп из макарон, их сначала засыпают в подсоленный кипяток и варят до готовности. После этого воду сливают, добавляют горячее молоко и варят еще 3—5 мин.

Макароны можно сварить и не сливая отвар. Для этого берут такое количество жидкости, чтобы макароны во время варки могли полностью впитать ее (на 1 кг макаронных изделий — 2,3...2,5 л жидкости).

Чтобы макароны или лапша, приготовленные для гарнира, были вкуснее, при варке в воду рекомендуется добавить 1—2 бульонных кубика или немного мясного бульона.

Хлеб

Хлеб — основной продукт питания, содержащий все питательные вещества, необходимые организму человека. В нем есть белки, углеводы, витамины группы В, соли калия, железа, фосфора, магния. Причем он не теряет своих ценных свойств, даже если не был использован сразу.

Питательная ценность и усвояемость хлеба зависят от помола муки, из которой он изготовлен. Хлеб, выпеченный из муки более грубого помола, содержит больше минеральных элементов и витаминов. Полнее усваиваются организмом питательные вещества пшеничного хлеба, изготовленного из муки тонкого помола. Черствый хлеб и сухари усваиваются организмом лучше, так как они дольше измельчаются при жевании, хорошо пропитываются слюной и пищеварительным соком. Свежий хлеб переваривается хуже из-за высокой влажности, что затрудняет его разжевывание и пропитывание слюной.

Хлеб — обязательная составная часть суточного рациона питания взрослых и детей. В день рекомендуется съедать 350—400 г хлеба. Потребление хлеба и булочных изделий в большом количестве резко повышает калорийность питания. Каждые съеденные 100 г ржаного хлеба — это более 200 ккал, а 100 г сдобы — до 300 ккал. Подсчитано, что ежедневно съеденные лишние 100 г хлеба за год могут дать прибавление в весе около 7 кг. Особенно быстро прибавляется вес при потреблении хлебобулочных изделий из муки высших сортов.

Как хранить хлеб. Различные хлебобулочные изделия сохраняются свежими неодинаковый срок: булочки массой 50—70 г без упаковки — не более 16 ч с момента выпечки, изделия из ржаной и пшенично-ржаной муки — до 48 ч.

Обычно мы покупаем хлеб с расчетом на 2—3 дня, но сохранить его свежим не всегда удается. В кастрюле он довольно быстро приобретает неприятный затхлый запах, в полиэтиленовом мешочке или полотенце плесневеет.

Лучше всего хранить хлеб в специальных хлебницах — металлических, покрытых эмалью, или пластмассовых. Дополнительно заворачивать его в поли-

этиленовый мешочек или полотенце нет необходимости. Не реже одного раза в неделю следует очищать хлебницу от крошек, промывать слабым раствором пищевой соды или уксуса и тщательно просушивать. Приобретая хлебницу, учитывайте, сколько хлеба придется в ней хранить. Для одного-двух человек достаточно небольшой хлебницы, на три-четыре человека — несколько больших размеров, а для большой семьи потребуется двухсекционная хлебница. Если же в большую хлебницу положить 200—300 г хлеба, то он высохнет быстрее, чем при заполнении большего ее объема.

Ржаной хлеб, пшеничный и тем более сдобные изделия должны храниться отдельно. Для этого и существуют двухсекционные хлебницы. Если у вас хлебница односекционная, то черный хлеб держите отдельно в полиэтиленовом пакете. Чтобы хлеб не черствел, положите в хлебницу яблоко или кусочек сахара.

При отсутствии хлебницы воспользуйтесь полиэтиленовыми мешочками. Через 2—3 дня меняйте их, а использованные тщательно промывайте теплой водой и просушивайте.

◇ Если хлеб зачерствел, разрежьте его на ломтики, положите в металлический дуршлаг. В глубокую кастрюлю налейте немного воды и поставьте на огонь. Дуршлаг поместите на кастрюлю и закройте крышкой. Через 5 мин после закипания воды — хлеб снова мягкий и ароматный. Есть его следует сразу, так как при хранении освеженные ломтики хлеба черствеют значительно быстрее, чем свежевыпеченные.

◇ Хлеб дольше не зачерствеет, если хранить его в закрытой посуде, положив туда яблоко или сырую очищенную картофелину. Время от времени их заменяют свежими и промывают посуду горячей водой.

◇ Хлеб долго сохранит вкус и приятный запах свежего, если положить его в эмалированную кастрюлю, на дно которой насыпать немного (1 г) ванилина, а поверх него положить целлофановый кружок.

◇ Белые булки лучше всего хранить в специальной коробке с дырочками, а если ее нет — в чистой салфетке или мешочке из целлофана. Нельзя заворачивать хлеб в газету.

◇ Если появилось сомнение в чистоте хлеба, погрейте его в духовке или на плите на сковороде, закрыв миской. Обжигать хлеб над пламенем газовой горелки нельзя.

◇ Черствый хлеб легче и лучше усваивается, поэтому полезнее, чем свежий, только испеченный.

◇ Ни обычный обеденный, ни торжественно праздничный стол не обходится без хлеба. Хлеб, нарезанный аккуратными тонкими ломтиками, ставят на стол в специальной хлебнице или корзиночке. Батоны режут поперек, формовой хлеб разрезают вдоль пополам и потом уже нарезают тонкими ломтиками.

Свежую булку или хлеб легко нарезать тончайшими ломтиками, если перед тем, как резать, каждый раз обмакивать нож в кипяток.

Горбушки и куски с отставшей или обгоревшей корочкой гостям не подают.

На торжественных приемах и банкетах раскладывают хлеб на пирожковые тарелки (маленькие тарелки, которые ставят слева от основных), каждому гостю отдельно 3—4 кусочка белого корочкой влево и 3—4 кусочка черного корочкой вправо.

◇ Черствый хлеб можно освежить, опустив его на минуту в воду, а еще лучше в молоко, а потом поместив в горячую духовку.

◇ Вчерашний хлеб будет свежее, если его положить в кастрюлю, прикрыть сверху полотенцем и подержать 10 мин над миской с кипящей водой.

◇ Булочки и коржики можно освежить так: положить их на противень, сбрызнуть водой и поставить на несколько минут в горячую духовку.

◇ Чем белее мука, тем меньше в ней содержится белков, витаминов группы В и минеральных солей. Поэтому завтрак, состоящий из стакана чая и белой булки, нельзя считать удовлетворительным. Рекомендуется добавить хотя бы ломтик ржаного хлеба. Это не только обеспечит организм питательными веществами, но будет способствовать улучшению цвета кожи, состояния волос, пищеварения.

◇ Остатки черствого хлеба и булок можно использовать для приготовления котлет и гренок в супы. Нарезанный маленькими ломтиками хлеб подают в мясном соусе с жарким из говядины или с жирным гуляшом из свинины.

Из черствого хлеба...

Бережливая хозяйка не станет выбрасывать остатки черствого хлеба или булок, а использует все до последней крошки. Ведь из них можно приготовить множество вкусных и необычных блюд. Вот несколько рецептов.

Тертый хлеб со взбитыми сливками. Черствый батон натереть на терке, поджарить на сливочном масле. Сливки взбить с сахаром до пышной массы с помощью венчика. Поджаренный хлеб выложить на блюдце, сверху положить хлопья взбитых сливок и украсить вареньем.

$^{2}/_{3}$ батона, 30 г масла, 1 стакан сливок, 1 столовая ложка сахара, 3 столовые ложки варенья.

Жареный хлеб (крутоны) с фруктами. Батон белого хлеба (без корки) нарезать тонкими кусочками, обмакнуть их в смесь из яиц, молока и сахара и обжарить на масле с обеих сторон.

Курагу или яблоки сварить, протереть, добавить сахар, растворенный в воде, хорошо перемешать, довести до кипения. Положить нарезанные консервированные фрукты.

При подаче на стол жареный хлеб уложить на овальное блюдо или тарелку, сверху положить прогретые фрукты и полить фруктово-ягодным сиропом.

На 300 г белого хлеба — 1 яйцо, полстакана молока, 2—3 столовые ложки сливочного масла, 4 чайные ложки сахара, 120 г консервированных фруктов или 0,5 кг свежих яблок.

Для соуса: 5—6 столовых ложек фруктового сиропа, 2 столовые ложки сахара, 50 г кураги, 1 стакан воды.

Запеканка из ржаного хлеба. С черствого или обдирного хлеба срезать корку, мякиш натереть на мелкой терке, затем прогреть с маслом на сковороде, добавить сахар.

Очищенные и нарезанные ломтиками яблоки припустить до полуготовности на масле. На сковороду или противень, смазанные маслом или маргарином и посыпанные сухарями, выложить слоями хлебную

массу и яблоки, залить молоком и запечь до образования золотистой корочки.

500 г сухарей, $^{2}/_{3}$ стакана сахарного песка, 500 г яблок, 120 г сливочного масла или маргарина, стакан молока, 2 яйца.

Шарлотка обыкновенная. Очистить несколько кисло-сладких яблок, вынуть сердцевины. Взять две городские булки, снять с них корку, нарезать ломтиками. Размешать 3 яйца с 2 ложками сахара и в полученную массу обмакнуть ломтики булки. Ломтиками выложить дно формы, смазанной предварительно маслом. Яблоки немного потушить в кастрюле с маслом и сахаром, затем выложить на булку, покрыть их оставшимися ломтиками булки, раскидать сверху кусочки масла и поставить в духовку. Между яблоками можно положить немного любого варенья.

Блюдо из сухих баранок. Сухие баранки нарезать кусочками, залить крутым кипятком и дать постоять, чтобы разбухли. Воду слить и заправить поджаренным на растительном масле луком или залить клюквенным киселем.

Похлебка. Приготовить грибной бульон. Натереть на терке черствый хлеб, покрошить и поджарить в масле луковицу, потом смешать с протертым хлебом и тушить несколько минут. Соединить с грибным бульоном, положить тмин, перец, прокипятить и заправить сметаной. Вместо хлеба можно взять мелко истолченные сухари, но не слишком много, чтобы похлебка не была густой. Грибы можно заменить грудинкой или салом.

Сухарики на скорую руку. Нарезать мелкими ломтиками белый хлеб. На чистую сковороду насыпать полстакана сахарного песка и поставить на огонь. Когда сахар начнет румяниться, положить нарезанный хлеб и жарить вместе с сахаром, переворачивая, чтобы он зарумянился со всех сторон.

Суп шотландский. С вечера залить перловую и овсяную крупу водой, утром слить воду, ошпарить крутым кипятком, посолить и варить 2 ч. Положить мелко нарезанные коренья, лук и хлебные корки.

Когда все уварится, добавить мелко нарубленную зелень, соль и перец по вкусу.

200 г перловой крупы, 100 г овсяной крупы, 2 репы, 2 моркови, 1 луковица, петрушка, сельдерей, 2 ложки масла и 200 г корок белого хлеба.

Хлебный суп по-крестьянски. Сухие хлебные корки поджарить в жире с мелко нарезанным репчатым луком. В кастрюлю налить 1,5 л воды, положить поджаренные хлебные корки, соль и довести до кипения. Как только вода закипит, осторожно влить в нее растертые яйца, непрерывно помешивая суп.

300 г сухих хлебных корок, 4 столовые ложки жира, 3 яйца, 2 луковицы, соль, красный перец, петрушка.

Потапцы с помидорами (из украинской кухни). Пшеничный хлеб нарезать кусочками толщиной в 1 см и обжарить на масле. Накрыть гренки кружочками помидоров, посыпать тертым сыром и подрумянить в духовке.

200 г хлеба, 4 средних помидора, 2 столовые ложки тертого сыра, 1—2 столовые ложки сливочного или растительного масла.

Суп с сыром и луком. Пшеничный и ржаной хлеб залить водой, через некоторое время отжать его, добавить мелко нарубленный и поджаренный лук, посолить и тушить 2—3 мин в масле. Затем залить кипятком и варить 15—20 мин. Перед окончанием варки добавить тертый сыр и, постоянно помешивая, кипятить еще 5—7 мин.

200 г хлеба (поровну пшеничного и ржаного), 1—2 л воды, 100 г сыра, 2 большие луковицы, 2 столовые ложки сливочного масла, соль по вкусу.

Молочный суп со взбитыми яйцами. Пшеничный хлеб нарезать квадратиками, посыпать сахарным песком и подрумянить в духовке. Затем положить на дно кастрюли, залить яично-молочной смесью, посолить и поставить на огонь. Для приготовления яично-молочной смеси нужно вскипятить молоко и осторожно (при непрерывном помешивании) влить в него взбитые яйца,

200 г хлеба, 1 л молока, 1—2 столовые ложки сахара, 4 яйца, соль по вкусу.

Запеканка из хлеба с творогом и морковью. Пшеничный хлеб нарезать ломтиками и намочить в молоке. Вареную морковь очистить и натереть на крупной терке. Смешать хлеб, морковь, творог, яйцо и сахар (или изюм и слегка сваренную курагу), выложить на сковороду, смазанную маслом и обсыпанную панировочными сухарями, и запечь в духовке.

200 г хлеба, 1 стакан молока, 4 средние моркови, 1 яйцо, 200 г творога, 2 столовые ложки сахара (или изюма, кураги), 1 чайная ложка жира, 1 столовая ложка панировочных сухарей, соль по вкусу.

Бисквит из сухарей. Толченые сухари из пшеничного или ржаного хлеба залить молоком, тщательно перемешать и оставить на 15 мин. Когда сухари набухнут, добавить просеянную муку, крахмал, порошок какао, корицу и все хорошо перемешать.

Яйца, взбитые с сахарным песком, соединить с сухарной массой. Все выложить на противень, покрытый промасленной пергаментной бумагой, и запечь в духовке. Выпеченный бисквит можно использовать для приготовления тортов, пирожных, как сладкое блюдо к чаю.

3 стакана толченых сухарей из пшеничного или ржаного хлеба, 1 столовая ложка муки, 2 столовые ложки крахмала картофельного, 1 стакан сахара, 7 яиц, 1 $^1/_2$ стакана молока, $^1/_2$ столовой ложки какао-порошка, $^1/_2$ чайной ложки корицы.

Торт из черного хлеба. Желтки и сахар растереть добела. Предварительно охлажденные белки взбить в крутую пену. Чтобы торт получился пышным, белки надо взбивать спиральной взбивалкой. Взбитые белки при легком надавливании на них пальцами должны как бы пружинить. На желтки высыпать сухари, смешанные с картофельной мукой, сверху положить взбитые белки и аккуратно все вымешать ложкой сверху вниз. Форму для торта смазать маслом, на дно ее положить пергаментную бумагу, смазанную маслом. Выложить тесто в форму, разровнять смоченной в воде рукой. Печь торт в духовке

на большом огне около часа. Если же печь на сильном огне, то торт сразу зарумянится, а внутри останется сырым. Готовый торт остудить и разрезать по горизонтали на три лепешки. Промазать каждую лепешку кремом, положить одну на другую, сверху украсить кремом.

6 яиц, $1^1/_2$ стакана сахара, 1 столовая ложка картофельной муки, 60 г толченых сухарей из черного хлеба, $^1/_2$ чайной ложки сливочного масла или маргарина, 1 столовая ложка муки.

Приготовление крема. Сахар, молоко, яйцо смешать, поставить на огонь и довести до кипения, дать остыть до температуры парного молока, добавить натертый на терке шоколад, какао и масло. Всю массу хорошо растереть до гладкости.

$^3/_4$ стакана сахара, 1 столовая ложка муки, 1 яйцо, $1^1/_2$ стакана молока, 100 г шоколада, 1 столовая ложка какао, 200 г масла или маргарина.

Яичный каравай. Черствый белый хлеб натереть на терке, залить кипящим молоком и дать постоять 50—60 мин. Затем размешать, добавить сливочное масло, сахар, яйца. Еще раз все тщательно размешать и высыпать в смазанную маслом и посыпанную панировочными сухарями форму и поставить в духовку на 30—40 мин. Готовый каравай можно посыпать сахарной пудрой. Подают с молоком, сладким фруктовым соком.

400 г белого хлеба, $1^1/_2$ стакана молока, 4 яйца, 50 г сливочного масла.

Бабка из ржаного хлеба. Ржаной хлеб нарезать ломтиками толщиной 0,5 см и слегка смочить водой. Вареную свеклу очистить, натереть на крупной терке, добавить яйца, изюм и перемешать. На сковороду, смазанную маргарином и посыпанную сухарями, выложить в один ряд смоченный хлеб. На него положить подготовленную свеклу, сверху закрыть ломтиками хлеба, залить яйцами и запекать 40 мин.

200 г ржаного хлеба, 150 г свеклы, 2 яйца, 60 г изюма, 20 г сухарей, 20 г маргарина.

Пудинг из ржаных сухарей. Ломтики черствого ржаного хлеба подсушить в духовке, мелко измельчить, положить в сухари сметану, взбитые яйца, са-

хар, мелко нашинкованную цедру лимона, немного лимонного сока. Все тщательно размешав, выложить в форму, смазанную маслом и обсыпанную сухарями. Запекать в средне нагретой духовке. Подавать со сметаной, посыпав сахарной пудрой.

0,5 кг ржаного хлеба, 1 стакан сметаны, 1/2 стакана сахара, 3—4 яйца, 1 чайная ложка лимонной цедры, 1 столовая ложка лимонного сока, 50 г сливочного масла или маргарина, 1 столовая ложка сахарной пудры.

Кисель из ржаного хлеба. Черствый ржаной хлеб залить водой и довести до кипения, слегка охладить, протереть и добавить сахар, промытые сухофрукты проварить до размягчения, добавить корицу и крахмал, разведенный холодной водой. Довести до кипения и охладить. Подать со сливками или мороженым.

40 г ржаного хлеба, 15 г сухофруктов, 25 г сахара, 5 г крахмала, корица.

Оладьи из сухарей. Сухари разломать, залить горячим молоком, добавить соль, сахар, яйца, дрожжи и поставить для брожения на 2—3 ч. Когда тесто подойдет, изжарить оладьи. Готовые оладьи подать с молоком, сметаной или медом. Изюм добавляют в тесто.

200 г пшеничных сухарей, 300 г молока, 1 яйцо, 40 г сахара, 30 г маргарина, 20 г изюма, 25 г сметаны.

Гренки из ржаного хлеба. Ржаной хлеб нарезать тонкими ломтиками, обжарить на растительном масле и посыпать растертым с солью чесноком.

200 г хлеба, 40 г растительного масла, полголовки чеснока, соль.

Гренки из белого хлеба. Черствый белый хлеб без корки нарезать кубиками толщиной 1 см. Кубики посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и подсушить в духовке.

200 г хлеба, 50 г сыра, 40 г сливочного масла.

Острые гренки. Ломтики пшеничного хлеба без корочки слегка обжарить на сливочном масле с одной стороны. Другую сторону смазать смесью из тертого

сыра, томата-пасты, яичного желтка и красного перца и запечь в духовке.

200 г черствого хлеба, 40 г сливочного масла, 50 г сыра, 15 г томата-пасты, 1 яичный желток, перец по вкусу.

Слоеный хлеб. В стеклянную посуду поместить в определенном порядке слоями тертый ржаной хлеб, взбитые с сахаром сливки, мармелад или джем, снова хлеб и так далее. Взбитые сливки можно смешать со взбитым творогом.

200 г хлеба, 200 г мармелада или джема, $^1/_2$ стакана сахара, $^3/_4$ стакана сливок.

Кисели

Варят кисели круглый год из различных ягод и фруктов, ревеня, молока. Для приготовления киселей из свежих плодов и ягод желательно предварительно отжать из них сок или приготовить пюре, протерев их сквозь сито, а из мезги сварить отвар. Отжатый сок или пюре лучше добавлять в кисель после заваривания крахмалом — так лучше сохраняются витамины, цвет, вкус и аромат.

Крахмал разводят охлажденным отваром, соком, сиропом. Взяв большее или меньшее количество крахмала, можно получить кисель различной густоты. Обычная норма: на 4 стакана жидкости достаточно взять 4 чайные ложки крахмала. После заваривания крахмалом кисель быстро доводят до кипения, снимают с огня и охлаждают. Если кипятить более продолжительное время, то кисель становится жидким.

Чтобы на поверхности киселя не образовалась пленка, его слегка посыпают сахарным песком или сахарной пудрой.

Кисель смородиновый. Ягоды перебрать, промыть горячей водой и хорошо размять деревянным пестиком или ложкой, добавить полстакана кипяченой холодной воды, протереть ягоды сквозь сито или отжать через марлю. Выжимки из ягод залить водой и кипятить 5 мин, после чего процедить.

В процеженный отвар положить сахар, вскипятить, влить разведенный картофельный крахмал и, размешивая, дать закипеть еще раз. В готовый кисель

влить отжатый сок и хорошо размешать. Так же готовят кисель из клюквы.

На стакан ягод смородины — 800...900 г воды, $^3/_4$ стакана сахара, 4 чайные ложки крахмала.

Кисель из земляники. Ягоды промыть и протереть через сито. В кастрюлю влить горячую воду, всыпать сахар и прокипятить. Полученный сироп заварить разведенным картофельным крахмалом и дать еще раз вскипеть. В горячий кисель положить ягодное пюре и хорошо размешать.

Так же варят кисели из клубники, малины, черники.

На стакан ягод — 700 г воды, $^3/_4$ стакана сахара, 4 чайные ложки крахмала.

Кисель из ревеня. Стебли ревеня промыть в холодной воде, очистить от кожицы и волокон, нарезать мелкими кубиками и 10—15 мин замачивать в холодной воде. Сахар залить двумя стаканами воды и вскипятить. В горячий сироп положить отжатые кубики ревеня, прокипятить в течение 5—10 мин и заварить разведенным в холодной кипяченой воде крахмалом. Кисель этот подают только в холодном виде.

На 300 г ревеня — $^3/_4$ стакана сахара, 4 чайные ложки крахмала.

Молочный кисель. Молоко или сливки довести до кипения и всыпать сахар. Крахмал развести холодным кипяченым молоком, процедить и влить в молоко. Непрерывно помешивая, варить до закипания. Затем добавить ванильный сахар, хорошо перемешать и охладить. Для ароматизации молочного или сливочного киселя можно добавить натертую цедру апельсина. Особый вкус придают слегка поджаренные и провернутые через мясорубку орехи — лесные, грецкие, арахис. Для молочных киселей лучше применять кукурузный крахмал — кисель получится вкуснее и более нежной консистенции. При заваривании таким крахмалом кисель после закипания следует проварить, не допуская кипения, минут 7—10.

На 800 г молока — 4...5 столовых ложек сахара, 4—5 чайных ложек крахмала, четверть пачки ванильного сахара.

Молочный кисель со свежей клубникой. Клубнику перебрать, очистить, хорошо промыть, посыпать сахаром и поставить в холодильник на несколько часов. Образовавшийся сок слить, а ягоды хорошо размять или протереть сквозь сито.

В горячее молоко положить сахар, нагреть до растворения и, помешивая, заварить разведенным в холодном молоке крахмалом. Довести до кипения, снять с огня, смешать с протертой клубникой, охладить. Охлажденный сок можно влить в кисель или подать отдельно.

На 700 г молока — 1...1,5 стакана клубники, 4—5 столовых ложек сахара, 4 чайные ложки крахмала.

Кисель из овсяных хлопьев «Геркулес». Хлопья развести теплой водой, оставить для закваски примерно на сутки, процедить, добавить сахар и варить кисель. Подают с вареньем, медом, сиропом.

300—400 г овсяных хлопьев, 1 л воды, 200—250 г сахара.

Кисель из меда. В горячей воде развести половину нормы меда. Довести до кипения. Помешивая, влить разведенный в холодной кипяченой воде картофельный крахмал и довести до кипения. Снять с огня, влить остальное количество меда, хорошо размешать и охладить.

На 800 г воды — 200 г меда, 4 чайные ложки крахмала.

◇ Вкус ягодного киселя значительно улучшит добавленная в него щепотка лимонной кислоты, предварительно разведенная остуженной кипяченой водой.

◇ В горячий кисель для аромата можно положить $^1/_2$ чайной ложки ванилина, цедру лимона, апельсина.

Варенье, компоты

При варке варенья следует придерживаться определенных правил. Фрукты и ягоды надо отбирать спелые, но не перезрелые, правильной формы и обяза-

тельно неповрежденные. Перед варкой их перебирают, удаляют веточки, моют.

Малину перед варкой не моют. Клубнику сначала моют, не отрывая плодоножек, в дуршлаге с крупными отверстиями, затем выкладывают на сухое полотенце или бумагу, высушивают и перебирают. Абрикосы можно протереть влажной салфеткой.

Фрукты и ягоды с пятнами, слегка помятые, годятся только для компотов. Сливы и вишни должны быть совершенно спелыми, а вот груши, персики, абрикосы, клубника и малина лучше недозрелые, чтобы меньше разваривались.

Чтобы без затруднения снять кожицу с персиков, их погружают на несколько секунд в кипящую воду.

Лучше не использовать для варки варенья алюминиевую посуду — ухудшится цвет, да и вкус. Не рекомендуется и эмалированная — варенье может пригореть. Самая удобная — медный таз. Медь отлично проводит тепло. Необходимо только следить, чтобы внутри не появился зеленый налет.

Варенье, сваренное в медном тазу, после охлаждения следует сразу же перелить в чистую сухую кастрюлю, накрыть влажным полотенцем и оставить до утра. Только потом разливать в подготовленные банки.

Чем тверже плоды, тем дольше их надо варить, иногда в несколько приемов, а сироп — фильтровать.

При варке нужно учитывать особенности фруктов и ягод:

малину, землянику, клубнику и вишню (без косточек) следует пересыпать сахарным песком и поставить в прохладное место на 12—24 ч. После этого нужно варить в один-два приема с небольшими промежутками;

абрикосы, сливы, вишни (с косточками) наколоть, опустить на 1—2 мин в кипящую воду, остудить, а затем уже залить горячим сиропом и варить в 3—4 приема;

очищенные от кожицы и нарезанные дольками

яблоки, а также перебранную и промытую черную смородину нужно опустить в кипящую воду на 3—4 мин, быстро охладить и варить в 3—4 приема с небольшими выдержками.

Любое варенье лучше варить в несколько приемов. Залить горячим сиропом ягоды или фрукты, нагреть до кипения и варить 5—7 мин, после чего оставить «отдохнуть» на 8—10 мин. Так повторить 3—4 раза. Чтобы определить готовность варенья, достаточно капнуть немного сиропа на промокательную бумагу: если вокруг капли не образуется влажное пятно, варенье готово. Можно несколько капель охлажденного сиропа капнуть на блюдце: если капли не растекаются, варенье сварилось.

Во время варки варенье необходимо встряхивать, а не мешать ложкой, и непрерывно снимать пенки.

При варке варенья из сладких ягод или фруктов можно добавить немного лимонной кислоты: на 1 кг сахара — четверть чайной ложки, растворенной в чайной ложке воды. Тогда варенье не засахарится, сколько бы ни стояло.

Чтобы нежные плоды (сливы, абрикосы) не разварились, не потеряли форму, прежде чем опускать их в сироп, подержите 5 мин в содовом растворе (на 1 кг плодов — 1,5 л воды, чайная ложка пищевой соды).

Хранить варенье лучше в стеклянных банках, предварительно хорошо вымытых и высушенных. Банки должны быть плотно закрыты пергаментной бумагой или капроновыми крышками. Нельзя хранить варенье на холоде и в сыром помещении. Варенье хранится больше года, если банки держать в темном прохладном месте.

Перед тем как закрыть банку, можно положить на варенье сверху кружок пергаментной бумаги, смоченной водкой,— варенье лучше сохранится.

Если варенье заплесневело, плесень с поверхности нужно осторожно снять и варенье переварить, добавляя на каждый килограмм его по одному стакану

сахара. Появляющуюся пенку нужно тщательно снимать. Как только варенье перестанет пениться, убрать его с огня и после остывания переложить в чистые банки.

Рецепты

Вишня. 1 кг вишни заливают сиропом из 1 кг сахара и 1 стакана воды и доводят до кипения 4—5 раз с 15-минутными перерывами.

Малина. 1 кг ягод заливают сиропом из 1 кг сахара и $^1/_2$ стакана воды, доводят до кипения и варят 45—50 мин.

Слива. На 1 кг ягод требуется сироп из 1 кг сахара и 1 стакана воды. Варят около часа. Необходимо помнить, что снимать с огня это варенье следует раньше, прежде чем сильно загустеет сироп: он становится еще гуще, когда варенье остынет.

Варенье-пятиминутка очень популярно в последние годы. Оно быстро готовится, не приторно, сохраняет естественный вкус плодов, требует гораздо меньше сахара, чем обычное варенье. Хороша «пятиминутка» из черники, земляники, черной смородины, а также из алычи, кизила, вишни, «райских» яблочек, сливы. Плоды только должны быть чистыми и сухими. Сначала варят сироп: на 1 кг плодов — 1 кг сахара и $^3/_4$ стакана воды. Заливают им плоды и варят минут 10. Горячим разливают в банки, обязательно стерилизуют в открытом виде 10—15 мин при температуре 85—90 °С и укупоривают.

«Сырое» варенье. «Сырое» варенье пюре можно сделать из черной и красной смородины, малины, вишни, облепихи, голубики, крыжовника, клюквы, черники и других ягод.

Ягоды собирают спелыми, промывают в проточной воде, из вишен вынимают косточки, откидывают на сито или чистую ткань. Малину перед промыванием кладут на 10 мин в подсоленную воду (1 столовая ложка соли на 1 л воды), чтобы удалить червей.

После просыхания ягоды ссыпают в эмалированную посуду, добавляют равное или полуторное количество сахара и, перемешав, измельчают деревянным пестиком или пропускают через ошпаренную кипятком мясорубку.

Полученное пюре перекладывают в чистые банки, закрывают плотной бумагой или полиэтиленовыми крышками. Хранят банки в холодильнике.

С наступлением холодов можно выставить их на балкон или в сарай. Пюре не замерзает на холоде благодаря высокой концентрации сахара. В нем всю зиму сохраняются свежесть и аромат ягод, до 70 % витамина С, минеральные соли, органические кислоты и другие биологически активные вещества.

Киевское (сухое) варенье. Его готовят из земляники, малины, крыжовника, смородины, вишен, слив, персиков, абрикосов, груш, яблок. Ягоды или фрукты перебирают и моют. Варят сироп из 2 стаканов сахара и 4 стаканов воды. В кипящий сироп опускают подготовленные ягоды или фрукты и варят 5—7 мин. Сваренные плоды вынимают шумовкой на металлическое сито, дают стечь сиропу, обваливают в сахарной пудре, раскладывают на противне и подсушивают в хорошо прогретой духовке, несколько раз переворачивая. Когда духовка остынет, плоды вынимают, держат 1—3 ч на открытом воздухе, укладывают в банки или коробки. Хранят в сухом месте.

Цукаты. Они получатся, если сразу после варки варенья вынуть фрукты или ягоды, откинуть их на дуршлаг, дать обсохнуть пару часов и пересыпать сахаром, встряхивая. Лучшие цукаты — из лимонных и апельсиновых корок. Хранят их в банках.

Компоты. Для компотов сначала варят сироп (на 1 л воды 150—200 г сахара, в зависимости от кислотности плодов и ягод). Далее поступают по-разному:

яблоки, груши, айву моют, удаляют семенные гнезда, режут дольками и варят 6—8 мин;

черешню, крыжовник, вишню перебирают, удаляют плодоножки; сливу режут пополам и удаляют косточки; затем кладут ягоды в горячий сироп и только доводят до кипения;

нежные плоды — малину и землянику перебирают, моют, кладут в вазочки и заливают теплым сиропом;

сухофрукты перебирают, моют и сортируют; в сироп кладут сначала груши, варят несколько минут,

затем яблоки, варят еще несколько минут и наконец кладут курагу, чернослив, изюм.

Все компоты подают хорошо охлажденными.

Консервированные компоты. К сожалению, при длительной пастеризации компотов большая часть содержащихся в ягодах витаминов разрушается. Меньше всего потерь бывает при быстрой, почти мгновенной пастеризации, когда ягоды подвергаются воздействию высоких температур всего на 5—10 с. Не теряя своих ценных свойств, обработанные таким образом ягоды могут храниться около года. Делается это так. Воду доводят до кипения в большой, 3- или 5-литровой, кастрюле. Одновременно кипятят сахарный сироп. В другой посуде подогревают банки для консервирования. Ягоды, помещенные в дуршлаг, опускают в кипящую воду, пересыпают в горячую банку, заливают кипящим сиропом и тут же закатывают.

Так можно консервировать землянику, малину, красную, белую и черную смородину, крыжовник, вишню. Ягоды собирают и моют осторожно, стараясь не повредить, не помять. Консервировать их надо свежими в день сбора.

Сироп лучше приготовить заранее, чтобы день-два он постоял в холодильнике. Для кислых ягод на 0,5 л воды берут половину сахара, для сладких — сахара можно взять меньше, воды — больше. Сироп кипятят и непременно процеживают через марлю, сложенную в 4 слоя.

◇ Компот из кислых фруктов будет ароматнее, если добавить в него 2—3 столовые ложки белого вина, а в клубничный, вишневый и сливовый — 1—2 столовые ложки красного вина.

◇ Нельзя хранить больше года любой компот из ягод и фруктов с косточками (вишни, абрикосы, сливы), так как в них накапливается вредная для здоровья синильная кислота.

◇ Если верхний слой фруктовых и ягодных компотов потемнел, банки эти необходимо вскрыть, потемневшие плоды выбросить, остальные простерилизовать (поставить банку в кипящую воду на несколько минут) и снова закупорить. Эти консервы нужно использовать в первую очередь.

◇ Если же крышка на банке вздулась или взорвалась, то употреблять такой компот нельзя. Бывает и так: на вид все нормально, но при вскрытии банки с компотом чувствуется гнилостный запах. Эти консервы также не следует употреблять.

◇ Компоты из вишен, черной смородины и черники могут со временем приобрести фиолетовый цвет. Пусть это не смущает вас — они вполне пригодны в пищу.

Мед

Мед бывает разного цвета, запаха и вкуса. Это зависит от того, с каких цветов его собрали пчелы. Мед с цветов акации — белый, с липового цвета — светло-янтарный, с гречихи — коричневый, с вереска и с лесных цветов — темно-коричневый.

Хороший мед содержит 70 % глюкозы и фруктозы и около 25 % воды. При длительном хранении он кристаллизуется — таково свойство натурального меда без примесей.

Определить качество меда можно следующими способами:

в пробирку с 10 мл водного раствора меда (1 : 2) добавить неполную чайную ложку 1-процентного раствора крахмала, подержать пробирку в течение часа в горячей воде (45 °С), вынуть, охладить и добавить 1—2 капли настойки йода. Если мед натуральный, то под влиянием диастазы крахмал разрушится и раствор не окрасится в синий цвет;

растворить мед в воде (1 : 2); если мед чистый — раствор будет слегка мутный, без осадка; если в меде имеются примеси (мука, песок и др.) — они образуют осадок;

зачерпнуть немножко меда ложкой и вращать ее: если мед наматывается на ложку, а не стекает струей — значит, он зрелый и будет храниться долго.

Если мед бродит в посуде, закисает, покрывается пеной, он испорчен и непригоден к употреблению.

Нельзя оставлять в посуде с медом нож или вилку. Мед содержит кислоты, разрушающиеся при длительном соприкосновении с металлом.

Засахарившийся мед разогревать нельзя, так как

под действием высокой температуры он теряет много ценных свойств.

При правильном хранении мед не портится и не утрачивает своих свойств в течение десятков лет.

Нельзя держать мед в сыром помещении, иначе он быстро закисает, а также рядом с продуктами, издающими резкий запах. Для хранения рекомендуются стеклянные или глиняные банки. Железная и цинковая посуда непригодна.

Искусственный мед готовят из патоки или сахарного сиропа с добавлением ароматических масел, которые придают ему запах меда. Искусственный мед при длительном хранении затвердевает, но не кристаллизуется.

Торты

Торт нельзя печь на сильном огне, в жаркой духовке — внешняя часть его станет твердой, а внутри он останется сырым. Чтобы этого не случилось, надо предварительно нагреть духовку, но не накалять, и выпекать торт при умеренном огне.

Стенки формы надо хорошо смазать маслом, иначе торт при выпечке будет подниматься неравномерно.

Вынув торт из духовки, рекомендуется поставить форму на тряпочку, смоченную холодной водой. Это даст возможность легко вынуть торт из формы.

Выпеченный торт сразу после духовки надо поставить в теплое место недалеко от плиты, а не выносить на холод: от резкой смены температуры торт может осесть или посередине образуется углубление.

Торт с грецкими орехами получится более нежным, если в него добавить протертое яблоко.

Хорошую глазурь можно получить, растопив шоколад и мягкие конфеты и прибавив 1—2 ложечки воды или молока. Глазурью можно украсить торт и печенье.

Белую глазурь готовят, смешав сахар не с водой, а с молоком и несколькими каплями лимонного сока.

Перед поливкой глазурью рекомендуется посыпать торт крахмалом, чтобы она не растеклась. Заглаживают глазурь ножом, обмакивая его в горячую воду.

Крем из молока, крахмала и какао будет ароматнее, если потереть в него апельсиновую корочку или влить несколько капель апельсиновой эссенции.

Для глазури и крема можно использовать следующие естественные красители: красный — сок малины, клюквы, вишни, свеклы; желтый — апельсиновый сок (его может заменить яичный желток); зеленый — сок шпината; сиреневый — сок шелковицы.

Разрезать торт с масляным кремом или украшенный глазурью и желе надо ножом, смачивая его непрерывно в горячей воде.

Украшая торт фруктами, рекомендуется заранее смазать поверхность его белком, чтобы он не размягчался.

Торт не будет сохнуть, если в картонную коробку вместе с ним положить свежее яблоко.

Орехи

Ядро грецкого ореха можно освободить от скорлупы, не прибегая к помощи молотка. Для этого надо положить орехи в эмалированную кастрюлю, залить крутым кипятком, закрыть крышкой и оставить на 15—20 мин, затем воду слить. Теперь орехи нетрудно будет расщепить кончиком ножа и целиком извлечь ядро из скорлупы.

Можно также положить орехи на ночь в подсахаренную воду.

Грецкие орехи, пока они еще зеленые, по содержанию в них витамина С превосходят черную смородину в 4 раза, лимоны и апельсины — в 30 раз. Поэтому очень полезна настойка орехов на сахаре.

Засохшие орехи стоит подержать 5—6 дней в подсоленной воде, и они опять станут свежими.

Чай, кофе

За чашкой чая. Чай — один из древнейших напитков, употребляемых человеком. Благодаря целебным свойствам, высоким вкусовым качествам и тонкому аромату он пользуется популярностью в большинстве стран мира. «Чай усиливает дух, смягчает сердце, удаляет усталость, пробуждает мысль и не дозволяет поселиться лености»,— свидетельствует древнегреческий ученый трактат. А вот что говорил великий русский писатель Л. Н. Толстой: «Я должен был пить много чая, ибо без него не мог работать. Чай высвобождает те возможности, которые дремлют в глубине моей души».

Чай бывает двух видов: байховый (рассыпчатый) и прессованный (в виде плиток или кирпичиков).

По цвету настоя чаи делятся на черный, зеленый и промежуточный между черным и зеленым — желтый.

Все виды чая делаются из одинакового сырья, разница лишь в технологии производства.

Особое место занимает зеленый чай. Цвет зеленого чая служит показателем его качества: чем он светлее, тем выше его качество. В отличие от черного зеленый чай не имеет специфического чайного запаха и вкуса. Любителям черного чая кажется, что зеленый не пахнет чаем. Он обладает терпким, вяжущим вкусом. Это традиционный напиток жителей Средней Азии.

Японские ученые установили, что зеленый чай поглощает и выводит из организма радиоактивный стронций-90, предупреждая развитие лучевой болезни и белокровия. Именно зеленому чаю обязаны жизнью многие жители Хиросимы, пострадавшие при атомном взрыве. Они переселились в чаепроизводящие районы и употребляют этот целебный напиток в большом количестве.

По калорийности чай в 25 раз превосходит пшеничный хлеб и потому применим даже при очень тяжелых заболеваниях для поддержания сил в организме. Подсчитано, что чашка чая с одной столовой ложкой молока и куском сахара обеспечивает 40—

50 калорий, а при замене молока сливками и употреблении 2 кусков сахара — 70...80 калорий.

Есть у чая и менее известные, но заслуживающие внимания целебные свойства. Если, например, человека укачивает в самолете или автобусе, ему можно посоветовать жевать сухой зеленый чай. Он же в виде порошка способствует заживлению ожогов. А крепкий настой его благодаря высоким бактерицидным свойствам помогает при язве желудка и двенадцатиперстной кишки, стойких ранах и воспалениях на коже.

Главное достоинство чая — наличие в нем витамина Р. Причем наибольшей Р-витаминной активностью обладает именно зеленый чай. Выпив в день 3—4 стакана такого чая, можно обеспечить свой организм суточной дозой витамина Р. Витамина С в зеленом чае в 10 раз больше, чем в черном. Он содержит и такие необходимые организму человека витамины, как А, В, РР. Этот напиток стимулирует деятельность сердца, расширяет кровеносные сосуды, активизирует нервную систему. Но необходимо иметь в виду: если в чашку чая положить более одного куска сахара, разрушается витамин B_1. Поэтому следует обходиться небольшим количеством сахара, а лучше вместо него употреблять мед или изюм.

В чае содержится высокий процент фтора, и в связи с этим чайный напиток может использоваться в качестве эффективного средства против кариеса зубов — болезни, разрушающей зубную эмаль. Большинство людей пьет чай с сахаром, который способствует развитию кариеса, а это значит, что профилактическое действие чая резко снижается.
К сожалению, в настоящее время забыты многочисленные способы применения чая при недомоганиях. А между тем очень крепкий и горячий чай с молоком — противоядие при отравлении алкоголем, наркотиками, некоторыми лекарствами.

Горячий крепкий или средней крепости чай с лимоном, медом — хорошее мочегонное и потогонное средство.

Как заваривать и пить чай. Чтобы извлечь все несметные ценности, таящиеся в чае, надо уметь его по-настоящему заваривать и пить. Да-да, уметь!

Чайник для заварки чая предпочтительнее использовать фарфоровый или фаянсовый. Перед заваркой его надо хорошо вымыть, просушить и подогреть. Затем положить одну чайную ложку сухого чая на стакан кипятка плюс еще одна чайная ложка на весь чайник (в чайник вместимостью 1 л — 5 двухсотграммовых стаканов, 5 чайных ложек сухого чая плюс 1 ложку дополнительно). Чайник с заваркой заливают кипятком до половины, а через 2—3 мин доливают до полного объема. Примерно через 5 мин от начала заварки в чайнике появляется пена — значит, чай заварен правильно и готов к употреблению (пену ни в коем случае не снимать). В такой концентрации чай можно разливать в чашки без дополнительного разбавления кипятком. Чай будет ароматнее, если в заварочный чайник бросить кусочек сахара и потом уже залить кипятком.

Можно заваривать чай и по-другому. Например, вот так. В чистый подогретый чайник положить ложечку сухого чая, залить таким количеством сырой воды, чтобы образовалась кашица, и поставить его на большой чайник с кипящей водой. Через 5 мин чайник с чаем долить до половины кипятком и опять поставить на большой чайник еще на 5 мин, после чего долить доверху и еще парить в течение 5 мин.

Приготовленный таким образом чай ароматен и крепок, так как чайные листья, раскрывшись в сырой воде, выделяют все полезные вещества.

Разлив чай в чашки, можно повторно залить кипяток в чайник. Но больше эту заварку использовать не стоит. Тем, кто не любит (или не может) пить такой крепкий чай, следует уменьшить количество сухой заварки, но уж потом ее желательно не разбавлять.

Как же пить чай, чтобы получить от него максимум удовольствия и пользы? В разных странах его пьют по-разному. Например, японцы пьют чай безо всяких примесей и закусок по нескольку раз в день, но маленькими порциями.

В Индии и на Цейлоне предпочитают чай с молоком, а также с лимоном и сахаром. В Иране и Турции вместо сахара употребляют изюм, инжир и миндаль или сдабривают настой чая имбирем, сладким перцем, корицей и прочими пряностями. В Европе в чай почти всюду добавляют сахар, но, как правило, не очень много.

Очень любят чай англичане. Готовят они его так: в сухой подогретый чайник засыпают чай из расчета 1 чайная ложка на стакан воды и тотчас заливают на одну треть крутым кипятком, настаивают 5 мин, затем доливают кипяток до полного объема. Пока чай настаивается, в сильно разогретые чашки наливают молоко (по вкусу), после чего разливают чай.

В России издавна пили чай со всевозможными сладостями: кренделями, пряниками, баранками, пирогами, вареньем.

Чай с молоком. Смесь чайного настоя с молоком представляет собой весьма питательный, легко усвояемый напиток, обладающий стимулирующими и укрепляющими организм качествами. Молоко, добавленное к чаю более крепкой заварки, создает полезный для человека жиро-белковый, витаминизированный комплекс. Чай облегчает усвояемость молока организмом, а молоко смягчает действие кофеина чая, который, в свою очередь, делает слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта невосприимчивой к отрицательным воздействиям цельного несброженного молока. Таким образом, чай помогает человеку, а молоко — чаю.

Для здорового человека стакан этого крепкого душистого напитка — превосходная «зарядка», особенно с утра или при утомлении.

Чай с фруктами. Употребление чая с фруктами не вызывает никакого ухудшения целебных, питательных, а также вкусовых свойств напитка. Очень вкусен и полезен чай с яблоками и лимоном. В Америке, например, его пьют с грейпфрутом. Добавление цитрусовых к чаю (лимон, грейпфрут и пр.) создает напиток, который лучше восстанавливает утраченные силы, утоляет жажду. Многим кажется, что лимон делает чай более слабым. Это неверно. Он меняется лишь внешне: светлеет, принимает иной аромат. Крепость остается той же.

Глинтвейн. Приятным напитком является глинтвейн, вносящий праздничное настроение в любое семейное торжество. Вот один из его рецептов. Заваривают по всем правилам чай. Сразу же после этого его переливают в эмалированную посуду, где к тому времени уже смешаны натуральные фруктовые соки, сахар и пряности. Закрыв посуду крышкой, подогревают всю смесь на слабом огне, не доводя до кипе-

ния,— глинтвейн должен быть горячим. Таким его и подают, разлив в бокалы и добавив по ложечке орехов (миндаля, фундука, грецких) и изюма.

1 л крепкого чая, 300 г виноградного или вишневого сока и 300 г прозрачного яблочного, 200 г сахара, половина чайной ложки имбиря, 1 чайная ложка корицы, 3—4 тычинки гвоздики.

Цитрусовый чай. Заварить крепкий чай, процедить, всыпать сахар, размешать и охладить до 8—10 °С. Добавить ломтик апельсина, лимона, мандариновые дольки. Подавать в бокалах, фужерах, стаканах.

На 1 л напитка — 10 г чая, 100 г сахара, 1 лимон или пол-апельсина.

Витаминный чай. Взять 1 часть измельченных плодов шиповника и 1 часть ягод черной смородины или 3 части измельченных плодов шиповника, 1 часть ягод черной смородины, 3 части листьев крапивы, 3 части измельченных корней моркови. Небольшое количество любого сбора заваривают кипятком и дают настояться.

◊ Чай лучше всего хранить в плотно закрывающейся фарфоровой или фаянсовой посуде либо в стеклянных банках с притертой стеклянной пробкой или завинчивающейся крышкой. Нельзя хранить чай в металлических, пластмассовых, пластиковых и тому подобных сосудах.

◊ Чай станет гораздо ароматнее, если в коробочку, где он хранится, положить кусочек апельсиновой корочки или щепотку ванили.

Кофе. Тонизирующий напиток. Любителей кофе не меньше, чем любителей чая. Культивируют кофейные деревья во многих странах — в Бразилии, Колумбии, Индии и др. На мировом рынке сорта кофе обычно носят название той страны, где он производится.

Сырые кофейные зерна обычно желтовато-серого или зеленовато-серого цвета. У них резко выраженный вяжущий вкус. Они трудно измельчаются в порошок и плохо набухают в воде. Из таких сырых зерен нельзя приготовить кофе. Свойства этого чудесного напитка они приобретают только после того, как их обжарят. В процессе обжаривания теряется

значительная часть воды, а само зерно уменьшается в объеме.

Жареные зерна кофе долго хранить нельзя: постепенно они теряют свои качества и аромат, а также вкусовые свойства. Держат кофе в стеклянной или металлической плотно закрытой баночке.

В домашних условиях кофе обжаривают следующим образом. Сырые кофейные зерна кладут на сковороду или противень слоем не толще 3 см. Обжаривать зерна надо на слабом огне, постоянно помешивая их. Когда зерна станут равномерно коричневого цвета, очень важно быстро охладить их. Это делают в посуде с широким плоским дном.

Способы приготовления кофе. Кофе надо уметь варить. Лучше всего для этой цели использовать кофейник с сеткой. В него засыпают нужное количество молотого кофе и заливают водой. Как только кофе начнет закипать, кофейник снимают с огня, дают кофе 5—6 мин отстояться и только после этого его можно пить.

Аромат кофе улучшится, если перед варкой молотый кофе чуть-чуть подсушить на огне и прибавить к нему несколько кристалликов соли.

Кофе, долго хранившийся в закрытой коробке, теряет свой аромат. Его можно восстановить, если положить зерна на 10 мин в холодную воду и после этого сразу же высушить в духовке.

Нельзя, чтобы кофе кипел: исчезает и вкус, и аромат. Как только кофе закипит, нужно немедленно снять его с огня и влить несколько капель холодной воды.

Для приготовления кофе применяют свежую некипяченую воду. Жесткая вода уменьшает эффективность, окраску и кислотность напитка.

Нельзя подогревать кофе второй раз, от этого аромат его ухудшается.

Черный кофе. В кипящую воду засыпать кофе (1—2 чайные ложки на стакан воды) и тут же, не допуская, чтобы вода снова закипела, снять кофейник с огня и накрыть крышкой. Минут через 5 можно разлить кофе в чашки, предварительно сполоснув их кипятком.

Кофе по-восточному. Готовят в специальных маленьких конических кофейниках (джезвах) объемом 100 $см^3$. В кофейник всыпают 5—10 г мелко молотого

натурального кофе, заливают свежей холодной водой и доводят до кипения. После вскипания кофейник снимают с огня — кофе готов. Отдельно в тонких стаканах к нему подают охлажденную кипяченую воду. Пить его принято небольшими глотками, запивая холодной водой, которая как бы проявляет прелесть напитка. Кофе по-восточному можно подавать без сахара.

Мраморный кофе. Это черный кофе, сваренный обычным способом и налитый в чашку, на дно которой кондитерским шприцем впрыскивают немного теплого молока. Для сохранения мраморности кофе не перемешивают с молоком.

Кофе-араб. На дно кофейника насыпают ложечку сахарного песка и ставят на огонь. Когда сахар начнет карамелизироваться, приобретать коричневый цвет, в кофейник вливают воду и доводят до кипения. Сняв с огня, насыпают кофе, затем снова ставят на огонь и после вскипания подают на стол.

Кофе по-ирландски. В стакан кладут 2—3 кусочка сахара, вливают 2—3 чайные ложки водки, затем крепкий горячий кофе и добавляют немного сливок.

Мокко по-турецки. В спокойно кипящую воду всыпают смесь сахарного песка и кофе в разных дозах. Через несколько секунд снимают с огня и быстро охлаждают. В каждый стакан кладут 1 столовую ложку дробленого льда и 1 чайную ложку коньяка. Стаканы заполняют холодным кофе.

Мокко-флип. Хорошо смешать сырой яичный желток, столовую ложку сахара и полстакана холодного кофе. Дополнить стакан холодным молоком.

Кофе с лимонным соком. На чашку черного кофе кладут 1 чайную ложку лимонного сока и 1 ложку сахарного песка.

Кофе по-итальянски. Варят так же, как и кофе черный, но не на воде, а на молоке. Сахар подают отдельно.

Кофе с пряностями. Кладут на дно эмалированной кастрюли корицу, цедру цитрусовых, нарезанную кусочками, гвоздику, сахар. Сахар обливают коньяком и поджигают. Затем горящую смесь заливают горячим черным кофе. Дают настояться 3—4 мин и разливают через ситечко в чашки.

Цедра 1 лимона, 1 апельсина, 4 кусочка немолотой корицы, 4—5 штук гвоздики, полстакана конь-

яка, 20 кусочков сахара, 1 л черного кофе.

Кофе «Димиана». Смешивают в равных долях готовый черный кофе и крепкий чай. Сахар подают отдельно.

Кофе по-венски. В неполный стакан сладкого горячего кофе кладут взбитые с сахаром сливки. При взбивании в сливки можно добавить чуть-чуть ванилина или ванильного сахара и немножко шоколадной крошки.

40 г сливок, 1 чайная ложка сахара, $^2/_3$ стакана сладкого черного кофе.

Кофе с мороженым. Варят черный кофе, кладут сахар, процеживают и охлаждают. Разливают по фужерам и в каждый кладут по шарику сливочного мороженого. Подают с соломинкой.

Кофе по-турецки. Смешать молотый кофе с сахарным песком, насыпать в кофейник, налить воды и поставить на огонь. Варить на слабом огне. Когда закипит, снять с огня на несколько минут, а затем снова довести до кипения. Так повторить 2—3 раза. Если разлить кофе сразу же после кипения, то кофе получится с пенкой. Если же добавить 2—3 капли холодной воды в кофе, то пенка осядет.

На 1 стакан воды — 1 чайная ложка молотого кофе и 3 ложки сахара.

Можно приготовить в домашних условиях

Уксус. Для получения 1 л домашнего уксуса требуется 1 стакан сахарного песка или меда, небольшой кусок ржаного хлеба, 15—20 г свежих дрожжей и несколько штук изюма. Раствор сахара или меда кипятят в течение 15—20 мин в эмалированной (не узкогорлой) посуде, затем охлаждают, кладут в теплую жидкость хлеб, распускают в ней дрожжи и, покрыв кастрюлю чистой тканью, ставят ее в теплое место на 2—3 суток. Перебродившую жидкость переливают поровну в 2 бутылки, кладут туда по 2—3 изюминки, затыкают горлышки бутылок ватой и оставляют при комнатной температуре. Через неделю уксус готов к употреблению. Его можно использовать в качестве приправы к пище и при изготовлении маринадов.

Яблочный уксус. Тщательно вымытые перезрелые яблоки или падалицу, а также отходы, оставшиеся от приготовления повидла, сока, сиропа измельчают или давят. Массу перекладывают в широкую эмалированную посуду, заливают горячей водой так, чтобы она покрывала массу на 4—5 см, добавляют сахар (50—100 г на 1 кг яблок), ставят в теплое место, сверху кладут деревянный кружок с гнетом. Через 2 недели жидкость процеживают через марлю, сложенную в 2—3 слоя, разливают в небольшие бутылки или банки и выдерживают еще 2 недели. Затем бутылки укупоривают, а для длительного хранения пробки заливают сверху парафином.

Яблочный уксус можно приготовить и так. Яблоки вместе с сердцевиной натереть на крупной терке. Яблочную кашицу переложить в стеклянную банку, залить кипяченой водой, добавить мед, дрожжи и сухой черный хлеб, хорошо перемешать. Держать в темном месте в открытом виде при температуре 20—30 °С, помешивая 2—3 раза в день деревянной ложкой. Через 10 дней процедить, закрыть банку марлей, завязать и опять поставить в теплое место. Когда сок посветлеет — это значит, что брожение окончено. Полная готовность — через 40—60 дней. Профильтровать через марлю, плотно закрыть, пробку залить парафином и хранить в прохладном месте.

На 800 г яблочной кашицы — 1 л кипяченой воды, 100 г меда, 10 г дрожжей, 20 г сухого черного хлеба.

Дрожжи. Стакан муки смешать со стаканом теплой воды и поставить на 5—6 ч. Затем добавить стакан пива и столовую ложку сахарного песка, хорошо размешать и поставить в тепло. Полученную дрожжевую массу используют как обычные дрожжи.

Картофельная мука. Очищенный сырой картофель протирают на терке над кастрюлей с холодной водой, затем откидывают на сито. Картофельную мезгу отжимают, а воде дают хорошенько отстояться. Когда мука осядет на дно посуды, воду осторожно сливают, наполняют посуду свежей водой и снова размешивают в ней муку. Всплывшие наверх волокна картофеля снимают, а смеси снова дают отстояться.

Осевшую на дне промытую массу раскладывают на ткань и просушивают.

Топленый сыр. Делают его из обезжиренного, хорошо отжатого творога. Чтобы получить 1 кг сыра, нужно взять 8,5 стакана творога, 2,5 ложки сливочного или топленого масла, 4 чайные ложки пищевой соды, 3 чайные ложки соли. Творог протирают через сито или пропускают через мясорубку и кладут в эмалированную посуду, по его поверхности рассыпают половину требуемого количества пищевой соды, после чего ставят на огонь и медленно подогревают, непрерывно помешивая деревянной лопаткой. Когда в процессе подогревания на поверхности творога появится сыворотка, посуду закрывают крышкой, снимают с огня на 10—15 мин, после чего сливают отстоявшуюся сыворотку и продолжают нагревать. Если отделить сыворотку не удается, к творогу добавляют оставшееся количество соды и продолжают нагревать смесь.

После того как творожная масса хорошо растопится и даже слегка загустеет, в нее вливают растопленное масло. Соль, а при желании и истолченные тмин, укроп, добавляют за 15—20 мин до окончания варки. К этому времени сырная масса должна быть однородной, тянущейся, как густой мед.

После варки сырную массу немедленно переливают в чистую посуду, предварительно смазанную маслом, и выносят в холодное помещение. Чтобы после охлаждения вынуть сыр из посуды, надо на несколько минут погрузить ее в горячую воду.

Чтобы сыр получился острый, с резким запахом, творог до варки нужно разложить тонким слоем, закрыть марлей и подержать 1—3 дня в теплом, хорошо проветриваемом помещении, пока он пожелтеет. При этом полезно несколько раз перемешать его.

Сыр по-домашнему. Хорошо отжатый творог протереть через сито и варить минут 10 в свежем молоке. Затем слить массу в сумку из двухслойной марли и подвесить (можно положить под груз). Пока стекает жидкость, взять масло сливочное, яйца, соль по вкусу и подогревать на малом огне, непрерывно помешивая ложкой, чтобы масса стала однородной. Затем эту массу смешать с творогом и снова варить на медлен-

ном огне до тех пор, пока сыр не станет отставать от дна посуды. Хранить его желательно открытым в холодном месте, немного посыпав сверху солью. Чтобы получился ноздреватый сыр, нужно сыпнуть щепотку соды.

2 кг творога, 500 г сливочного масла, 8 яиц, соль по вкусу.

Домашние копчености. За сутки до копчения густо посыпать приготовленные куски мяса или рыбы солью, дать им просолиться. В ведро с крышкой насыпать древесные опилки, чтобы образовался слой толщиной примерно в 10 см. Перевернуть крышку, привязать к ручке мясо или рыбу (обязательно завернутые в марлю, чтобы не развалились) и плотно закрыть ведро — «коптильный аппарат» готов, можно ставить на огонь. Килограммовый кусок свинины хорошо прокоптится через час. Разумеется, всю эту процедуру надо делать не в помещении, а на открытом воздухе.

Опилки лучше брать лиственного происхождения, так как в сосновых и еловых содержится много смолистых веществ, которые могут придать копченым продуктам горьковатый вкус. Если в хозяйстве не найдется крышки, ее заменит кусок фанеры. В середине надо сделать петельку, чтобы подвешивать мясо.

Мясо при копчении надо располагать так, чтобы куски не соприкасались друг с другом и не находились близко к месту образования дыма.

Не позволяйте огню сильно разгораться — для этого по мере необходимости подсыпайте увлажненные опилки.

Следите за температурой дыма по термометру.

Соленое мясо. Солят свинину, баранину, конину, реже говядину и другие виды мяса и тушек птицы.

Мясо, предназначенное для посола, должно быть свежее и доброкачественное. Не следует солить однажды оттаявшее и снова замороженное мясо.

Оптимальная температура посола 2—4 °С. При более высокой температуре мясо может испортиться. При температуре ниже оптимальной оно просаливается неравномерно, медленно и недостаточно.

В домашних условиях мясо солят в простом и

сложном рассолах. При простом посоле используется только соль — так заготавливаются жирные мясопродукты, например шпик (сало).

Сложный рассол готовят из соли, аскорбиновой кислоты, сахара и пряностей (черный и душистый перец, лавровый лист, тмин, анис, кардамон, кориандр, чеснок и др.).

Соль изменяет окраску мяса. Поэтому для придания солонине естественного розового цвета некоторые хозяйки применяют селитру. Это не рекомендуется делать, так как продукты ее разложения (нитриты и нитраты) считаются ядовитыми.

Для приготовления рассола используют только кипяченую воду. Готовый рассол следует профильтровать, так как в соли иногда попадаются камешки, песок и т. д.

Мясо обрабатывают тремя способами: сухим (сухой солью), мокрым (в рассоле) или смешанным.

При заготовке свинины применяются все виды посола: сухой (сало), мокрый (окорока), смешанный (окорока, грудинки, рульки, корейки).

Солить лучше всего хорошо охлажденное или подмороженное мясо.

Для ускорения посола толстые мягкие куски мяса надрезают или прокалывают ножом. Трубчатые кости разрубают в косом направлении.

При мокром посоле мясо укладывают в бочку или кадку рядами, заливают охлажденным рассолом, накрывают деревянным кружком с грузом и выдерживают 20—30 суток, периодически доливая рассол, контролируя качество и просаливаемость мяса.

При смешанном посоле куски мяса сначала натирают солью или посолочной смесью (на 1 кг мяса — 80...100 г соли). Затем мясо (сначала окорока и лопатки, потом — корейки и грудинки) складывают в бочку или кадку плотно, в горизонтальном положении, кожей вниз, пересыпают каждый ряд солью, сверху накрывают деревянным кружком с грузом.

Через 3—4 дня, когда мясо уплотнится и пустит сок, в бочку доливают свежий рассол (соли 20—22 %). Через 15—20 суток мясо окончательно просолится. Хранят его в холодном месте, накрыв бочку крышкой.

Говядину и баранину солят так же, как и свинину.

При хранении необходимо периодически прове-

рять качество мяса и рассола. Если рассол грязно-красный, пенистый, с неприятным запахом, а мясо серого или темного цвета, липкое, рассол следует срочно сменить.

При вытекании рассола из бочки мясо быстро портится.

Соленый шпик. Для засолки рекомендуется брать сало со спины и боков туши, где толщина его 2,5 см.

Солят шпик обычно сухим способом. Сало режут на куски размером 20×20 см и натирают их со всех сторон солью (около 5 % от массы шпика). Для ароматизации, улучшения вкуса шпика в соль можно добавить молотый перец, чеснок, душистые травы.

Чистый деревянный ящик выстилают черной бумагой, сверху кладут чистый пергамент и насыпают на дно слой соли толщиной 0,5—1,5 см. Затем плотно укладывают шпик (шкурой вниз). Каждый ряд шпика пересыпают солью, заполняют ею зазоры между кусками и стенками ящика (расход соли — около 13 % от массы шпика). Сверху накрывают чистой белой бумагой, а затем черной бумагой или тканью, кладут кружок с грузом и ставят в холодное и темное место. Через 15 дней шпик будет готов.

В холодном (до + 10 °С) месте без доступа света соленый шпик может храниться около года.

На свету шпик очень быстро желтеет.

Вяленое мясо. Его готовят из баранины, молодой телятины, мяса кроликов, индеек, гусей.

Мясо срезают с костей и, освободив от крупных сухожилий, нарезают полосками толщиной 3—5 см и массой до 1—1,5 кг.

Готовят рассол (200 г соли на 1 л воды), добавляют в него немного пряностей, кипятят и в кипящий рассол поочередно на 2—3 мин опускают куски мяса. Затем каждую полоску подвешивают для стекания рассола, охлаждают и вялят в темном, чистом, сухом, проветриваемом помещении (при температуре 0—10 °С) 15—30 дней. В помещение не должны проникать мухи, муравьи и другие насекомые, способные портить мясо.

Колбаса домашняя. В качестве оболочки для колбас обычно используют кишки животных. Их необхо-

димо обработать сразу же после разделки туши. Сначала с кишок сдирают брыжейку и жир, стараясь не порвать их стенку, а затем разрезают на четыре части. Взяв за середину каждую часть кишки, выдавливают ее содержимое. Несколько раз кишки отжимают и тщательно промывают теплой (40—50 °С) водой пять-шесть раз, после чего с помощью круглой длинной палки выворачивают и замачивают в теплой (40—50 °С) воде на 1 ч. Размягчившуюся оболочку тщательно скребут тупым ножом, постоянно смывая слизь чистой водой. Затем кишки пересыпают солью и слегка перетирают руками, стараясь не нарушить целостности их стенок. Для того чтобы окончательно отбить запах, кишки прополаскивают в воде с уксусом. Подготовленные кишки можно недолго хранить в холодной (ниже 10 °С) чистой воде или, связав в пучок, подвесить в холодном помещении. Для более длительного хранения кишки консервируют, круто посолив и выдерживая на холоде.

Для начинки мясо обрезают с костей, освобождают от хрящей, сухожилий, пленок и жира. Нарезают крупными кусками, солят (2,5—3 % соли от массы мяса), тщательно перемешивают и оставляют на созревание в холодном помещении на 1—2 суток. Затем мясо измельчают на мясорубке (или нарезают мелкими кубиками), добавляют растертый с солью чеснок (1 дольку на 1 кг мяса), $^{1}/_{4}$ чайной ложки перца, лучше смесь черного и душистого. Шпик и жир пропускают через мясорубку или режут мелкими кусочками и перемешивают с фаршем.

Если для колбасы используется разное мясо — свинина, баранина, говядина, то измельчают каждое отдельно, а затем уже смешивают.

Для связывания влаги в фарш можно добавить сухое молоко, пшеничную муку, крахмал, сахар и т. п.

Всю массу хорошо перемешивают и наполняют ею кишки, но не слишком плотно, так как возможен разрыв оболочки вследствие ее расширения при термической обработке. Наполненные фаршем оболочки завязывают, а затем, стягивая кругом, связывают.

Для выхода воздуха из-под оболочки ее накалывают в нескольких местах иглой.

Хлеб мясной. При отсутствии кишечной оболочки из колбасного фарша можно приготовить так называемый мясной хлеб.

Для получения более плотной консистенции мясного хлеба в фарш добавляют сырые яйца (1—2 штуки на 5 кг фарша). Посуду — гусятницу, формочку для выпечки хлеба или небольшую по ширине кастрюлю смазывают свиным жиром и заполняют, по возможности плотнее, фаршем. (Нужно следить за тем, чтобы не образовалось пустот.) Запекают мясной хлеб в подовых печах или духовках различных типов.

Готовый мясной хлеб вынимают из формы на противень, смазывают яйцом и помещают примерно на полчаса в печь для подсушки и подрумянивания.

Остывший продукт желательно завернуть в чистую непромокаемую бумагу (пергамент) — в таком виде мясной хлеб лучше сохраняется.

Кровяная колбаса. Сырую цельную кровь (1 кг) процеживают через дуршлаг или решето, выложенное марлей. Сгустки крови, если они есть, необходимо пропустить через мясорубку или протереть через решето. Затем берут сваренную рассыпчатую кашу (гречневую, перловую, рисовую, пшеничную или ячневую), жареную жирную свинину, измельченную на мясорубке или мелко нарубленную ножом, жареный лук, перец, соль в следующих соотношениях: каша — 1 кг; свинина — 1 кг; соль — 80 г; лук — 200 г; перец — $^1/_2$ чайной ложки.

Всю эту массу перемешивают и наполняют ею подготовленные, как описано выше, широкие свиные кишки, концы колбасного батона плотно завязывают. Колбасу укладывают на противень и запекают в печи или духовке.

Зельц из свинины. Для приготовления зельца используют мясо свиных голов, шкурки, ножки и уши. Свиные головы разрубают вдоль, удаляют мозги, промывают, варят в воде 2—4 ч и отделяют мясо от костей, которое после охлаждения нарезают кубиками и брусочками. Клейдающие продукты после варки и освобождения от костей пропускают через мясорубку. Добавляют растертый с солью чеснок, молотый черный и душистый перец, корицу, гвоздику. Все

смешивают и полученной массой наполняют свиной или говяжий пузырь. В узкой части пузыря предварительно делают отверстие, не широкое, но достаточно удобное для заполнения фаршем.

Заполнив пузырь, отверстие зашивают суровой ниткой или шпагатом, чтобы не вытекала масса.

Подготовленный таким образом пузырь с содержимым варят на небольшом огне 2—4 ч (в зависимости от размера пузыря). Готовность зельца определяют, прокалывая пузырь тонкой спицей или иглой. Зельц считается готовым, если в месте прокола будет вытекать прозрачный бульон. После варки зельц кладут под пресс (доску с небольшим грузом) в холодном месте до полного остывания. На это потребуется около 10 ч. Готовый зельц имеет плотную консистенцию. Перед подачей на стол его следует опустить на 3—4 мин в горячую воду, чтобы очистить поверхность от желе и жира.

Мясо свиных голов — 4,5 кг; клейдающие продукты — 1,5 кг; бульон упаренный — 2 стакана; соль — 180 г; перец — 8 г; корица — 1,5 г; гвоздика — 1,5 г, чеснок.

Запеченный окорок. Перед запеканием соленый окорок вымачивают в пресной воде 1—3 ч, иногда и более, в зависимости от крепости посола и продолжительности хранения окорока в подсоленном виде. Вымоченный и хорошо обмытый окорок обмазывают со всех сторон пресным тестом из ржаной или пшеничной муки простого помола слоем примерно 0,5 см. При отсутствии муки простого помола можно употребить любую другую, но при этом необходимо добавить $^1/_3$ отрубей. Обмазанный окорок кладут на противень и ставят в хорошо нагретую духовку или печь, подготовленную таким же образом, как для выпечки хлеба.

Продолжительность запекания окорока средней величины — 5...8 ч (50—60 мин на 1 кг массы окорока). Запеченный окорок готов, если игла или заостренная гладкая лучинка довольно свободно входит в его мякоть.

Буженина. Для ее приготовления используют свежий, несоленый, хорошо охлажденный окорок как с кожей, так и без нее, соль, чеснок, перец.

Вначале у окорока отрезают ножку по суставу и удаляют кости, стараясь не делать много порезов, сохраняя мякоть окорока как можно более целой. Особенно важно сохранить нетронутой верхнюю часть окорока с жиром. Извлечение кости из середины окорока затруднительно, поэтому буженину можно готовить из окорока, удалив лишь верхнюю (тазовую) кость и отрезав ножку (голяшку) по суставу.

Шпик на окороке слегка надсекают елочкой, после чего натирают смесью, состоящей из 100 г соли, 5 г чеснока и 0,25 г перца. Этого количества смеси достаточно на 5 кг окорока.

Подготовленный указанным способом продукт кладут на противень жирной частью вверх и запекают в течение 5—6 ч (примерно так же, как это делают при запекании окороков — до полного пропекания и образования румяной корочки). Готовую буженину ставят для остывания в прохладное место.

Карбонат. Этот деликатесный продукт, отличающийся особенно нежным вкусом, напоминающим вкус куриного мяса, готовят из толстой мышцы корейки — филея.

При выделении указанной мышцы из корейки стараются, чтобы по всей длине куска сверху был оставлен равномерный слой жира толщиной около 1 см. Он способствует сохранению сочности карбоната. Выделенный кусок слегка надсекают по поверхности ножом, натирают смесью соли с мускатным орехом или толченым чесноком.

На 1 кг филе требуется 40 г соли, 0,1 г мускатного ореха, 1 долька чеснока.

Карбонат и буженину можно готовить и без чеснока. Запекают карбонат так же, как и буженину, но сокращают срок нахождения в духовке вдвое.

Вытапливание смальца. Внутренний, почечный жир, обрезки жира от мяса, а также тонкий подкожный жир нарезать кусочками, залить холодной водой и дать постоять 2 дня для отмачивания крови (причем воду необходимо менять 2 раза в день), после чего слить, а в кастрюлю налить чистой воды из расчета $^1/_3$ от объема жира, прибавить чайную ложку пищевой соды. При кипении на поверхности начнет появляться смалец, его надо осторожно снимать и вы-

ливать в отдельный сосуд. Вытапливание жира продолжать до тех пор, пока шкварки не приобретут золотистый цвет, после чего их выбрать в дуршлаг и отцедить смалец. Полученный смалец перетопить еще раз, добавив на каждый килограмм 100 г молока, и варить на тихом огне, пока молоко не станет желтым и не начнет опадать на дно. Для устранения тяжелого запаха в смалец можно бросить кусок обугленного хлеба. При вторичном перетапливании нужно особенно следить, чтобы огонь был ровным и смалец не пригорел. Сосуды со смальцем закрывают после того, как он застынет, и убирают в холодное место.

Салака по-домашнему. Из свежемороженой салаки можно приготовить закуску типа сардин. Для этого нужно очистить салаку от чешуи, отрезать головы, удалить внутренности и тщательно промыть. Каждую рыбку слегка натереть солью, уложить в один ряд на противне и поставить на 20 мин в нежаркую духовку. После этого сложить салаку в жаровню или кастрюлю, залить растительным маслом, добавить лавровый лист, несколько горошин перца и поставить в духовку на 1,5—2 ч. Готовность салаки можно определить по сухой золотистой корочке. Хранить ее следует в прохладном месте.

Соленая рыба. Из охлажденной в холодильнике рыбы удалить жабры и внутренности, промыть ее в большом количестве воды. Если рыба весит более 1—1,5 кг, ее разрезают вдоль спинки пополам. После этого рыбу обваливают в соли и укладывают в чистую посуду (эмалированную кастрюлю, бочку) и засыпают солью из расчета 175—200 г на 1 кг рыбы. Хранят при температуре 0...+ 3 °С. Через 10—15 суток рыба готова к употреблению. Срок ее хранения 1,5 месяца. По мере надобности такую рыбу можно вымачивать в воде комнатной температуры и готовить как свежую.

Вяленая рыба. Для вяления наиболее подходят вобла, скумбрия, кефаль, судак, лещ, тарань. Выпотрошенную рыбу нанизывают на шпагат, продергивая его таким образом, чтобы брюшко было направлено в одну сторону. Нанизанную рыбу промывают от

слизи в пресной воде, солят (по рецепту соления рыбы, но выдерживают в рассоле лишь 3—5 суток в зависимости от величины рыбы). Затем ее тщательно промывают в пресной воде и развешивают в тени, лучше под навесом, с таким расчетом, чтобы она равномерно обдувалась ветром.

Продолжительность вяления 15—30 суток. Мясо у доброкачественной вяленой рыбы плотное, оранжевой (янтарной) окраски.

Взвешиваем без весов

Ложка и стакан вполне могут заменить весы. Надо помнить только, что заполняются они не «горкой», а вровень с краями.

Вес продуктов в граммах

Продукты	1 чайная ложка	1 столовая ложка	1 стакан (250 г)
Мука пшеничная	5	15	150
Гречневая крупа	—	25	210
Манная крупа	6	18	180
Перловая крупа	—	25	230
Ячневая крупа	6	23	200—220
Рис	8	25	220
Овсяные хлопья	3	8	90
Картофельный крахмал	6	18	150
Горох	—	23	200
Фасоль	—	—	220
Толокно	—	—	140
Сахарный песок	10	25	200
Сахарная пудра	6	15	—
Соль	10	30	325
Молоко	8	20	250
Молоко сгущенное	—	30	310
Молоко сухое	7	20	120
Сметана	10	25	250
Сливочное масло	8	20—30	210
Растительное масло	7	20	200
Тертый сыр	—	8	80—100
Томат-пюре	8—10	25	250
Варенье	20	50	330
Какао	9	25	—
Кофе молотый	8	20	—
Корица	8	20	—
Изюм	8	25	190
Клубника свежая	—	25	150
Малина свежая	—	25	150
Смородина черная	—	30	180

Продукты	1 чайная ложка	1 столовая ложка	1 стакан (250 г)
Сода пищевая	8	25	—
Уксус	5	15	250
Вода	5	15	250
Лимонная кислота	3	12	—
Перец	25 горошин — 1 г		
Лавровый лист	10 шт. — 1 г		
Гвоздика	18 головок — 1 г		

Использование вчерашних блюд

Не торопитесь выбрасывать оставшиеся макароны, каши, скисшее молоко, другие блюда — их еще можно использовать.

Пюре из холодного отварного картофеля. Залить картофель небольшим количеством кипятка, закрыть кастрюлю крышкой и прогреть на огне в течение 3—5 мин. Затем размять или протереть через сито. Добавить немного горячего молока, все тщательно вымешать, заправить сливочным маслом или маргарином.

Любые холодные овощи можно просто превратить в новое блюдо, если залить их томатным или сметанным соусом, потушить 10—12 мин, а при подаче на стол посыпать зеленью.

Каши. В холодную кашу добавить вымытый изюм, полстакана молока, взбитое яйцо. Массу тщательно перемешать, выложить на смазанную маслом сковороду и запекать в духовке или же выложить в форму и варить на пару. Готовое блюдо полить вареньем.

Макароны. Мелко нарезанные лук и морковь спассеровать на растительном масле, добавить к ним томат-пасту, смешать с холодными макаронами, выложить на сковороду и разогреть в течение 10—12 мин. Можно сделать и так: уложить макароны на смазанную жиром сковороду, залить смесью из 1 яйца, щепотки соли, полстакана молока, посыпать тертым (можно плавленым) сыром и запечь в духовке до золотистого цвета.

Скисшее молоко. Из скисшего молока можно получить полноценный молочный белок и готовить из него полезные и вкусные блюда.

Для этого прокисшее молоко надо нагревать в кастрюле на маленьком огне до того момента, когда появится белый плотный сгусток (белок) и светло-зеленоватая сыворотка. Затем кастрюлю с содержимым быстро охладить, после чего белок откинуть на сложенную вчетверо марлю и дать стечь сыворотке в течение 1—2 ч. Полученный полуфабрикат — молочный белок — имеет приятный вкус и запах. Сыворотка — тоже полезный пищевой продукт. Она содержит минеральные соли, молочный сахар. Кроме того, сыворотка действует как послабляющее средство.

Молочный белок. Хорош в смеси с припущенной морковью, картофельным пюре, с кашей. Соединить молочный белок с любым из названных блюд, добавить сырое яйцо, соль, сахар, уложить массу на смазанную маслом сковороду и запекать в духовке 15—20 мин. Эту же массу можно сформовать в виде котлет или биточков. Молочный белок в смеси с рыбным фаршем дает прекрасный диетический продукт — белип.

Вареники ленивые. Молочный белок соединить с манной крупой, яйцом, сахаром, щепоткой соли. Все тщательно размешать, раскатать лист толщиной 1—1,5 см, разрезать в виде ромбиков и прямоугольников и отварить в подсоленной воде. Подать на стол с маслом и сметаной.

200—300 г молочного белка, 1 столовая ложка манной крупы, 1 яйцо, 1 чайная ложка сахара.

Белип. Молочный белок смешать с рыбным фаршем (рыба любая), белым хлебом, предварительно замоченным в воде и отжатым. Все пропустить через мясорубку. Можно добавить репчатый лук, пассерованный на растительном масле, посолить. Из готового фарша сформовать котлеты, поджарить их или сварить на пару.

200—300 г молочного белка, 200—300 г рыбного фарша, 100—150 г белого хлеба, 1 луковица, масло для пассеровки и соль по вкусу.

Напиток из сыворотки. На полстакана охлажденной сыворотки взять столовую ложку сметаны, 1/4 стакана томатного сока, щепотку сахара, немного мелко нарубленной зелени и хорошо все взбить.

Специи

Специи — это вкусовые продукты (соль, сода, уксус) и пряности (пряновкусовые продукты растительного происхождения), применяемые в небольшом количестве в качестве приправ для улучшения вкуса и аромата пищи.

В кулинарных рецептах не всегда указывается количество закладываемых в блюда специй. В среднем их употребляют в таких количествах: соль на первое блюдо — 5 г, на второе — 4 г. Лавровый лист и перец — по 0,02 г на блюдо (1 лавровый листик весит 0,01—0,1 г). Зелень петрушки — по 2,5 г. Но, естественно, по желанию эти количества могут быть изменены.

Уксус придает остроту блюдам, но не следует им злоупотреблять. Не надо поливать им салат из помидоров и огурцов.

Уксус непригоден и для блюд диетического питания.

Перец. Существует четыре разновидности перца — черный, белый, душистый и красный.

Черный и белый перец — это высушенные семена вьющегося кустарника. Цвет его зависит от зрелости: недозрелый перец после сушки — черный, зрелые семена — белые. От степени созревания зависят острота и резкость запаха. Черный перец более резок. Черный молотый перец добавляют в салаты из овощей, в овощную икру. Бифштексы, антрекоты, лангеты посыпают перцем перед тем, как жарить. В супы, студни, соусы кладут перец немолотый, горошком.

Душистый перец завезен к нам с острова Ямайки и из Южной Америки. Аромат его пряный, сильный, менее жгучий, чем у черного перца, напоминает смесь корицы с гвоздикой. Добавляют его в те же блюда, что и черный перец, а также в маринады и соусы. К столу его не подают.

Наиболее удачное сочетание — черный перец пополам с душистым.

Красный перец, называемый иначе стручковым, кладут в томатные соусы (1 г на 1 л соуса), добавляют в борщи, гуляш, азу, бефстроганов, бозбаш, бешбармак и другие блюда из мяса.

Лавровый лист. Листочки благородного лавра привозят из Крыма и с Кавказа.

Лавровый лист придает пище неповторимый аромат. На кастрюлю борща, щей, рассольника, ухи, солянки вполне достаточно 3—4 листика.

В овощные же и грибные супы его лучше не класть, чтобы не перебить аромата грибов и овощей.

В рыбных, мясных блюдах, кушаньях с томатом, маринадах и соленьях лавровый лист просто не заменим. Кладут его в конце варки, иначе пища может приобрести горький привкус.

Горчица. Порошкообразная горчица — это перетертый жмых, который остается после того, как из семян горчичного растения выпрессовывают масло. Горчица у нас растет в Нижнем Поволжье, Казахстане и на Северном Кавказе.

Горчица — это не только приправа. Она идет в соусы, заправки, масляные смеси.

Горчичная заправка для салатов: 5 г столовой горчицы, 1/2 желтка, соль, 1/2 чайной ложки сахара, черный перец на кончике ножа — все смешать, растереть. Непрерывно помешивая, влить 3 чайные ложки растительного масла и взбить. Добавить 5 столовых ложек уксуса и процедить.

Заправка для селедки готовится так же, только не надо класть желтки.

В окрошку, сборную солянку добавляют 2 г горчицы на порцию.

Прежде чем жарить мясо, можно его смазать горчицей — мясо станет сочным и вкусным.

Горчица сохранится лучше и не будет сохнуть, если развести ее молоком или под крышку банки положить ломтик лимона, а засохшую горчицу можно разбавить уксусом.

Вкус супа улучшится, если перед подачей на стол заправить его горчицей.

Очень вкусен бутерброд, приготовленный так: на

ломтик хлеба намазывают тонкий слой горчицы, а сверху кладут колбасу или брынзу.

Заправляя салат из овощей или винегрет, можно добавить небольшое количество горчицы в уксус с подсолнечным маслом или в сметану, майонез.

Горчица лучше сохраняется и не сохнет, если развести ее не на воде, а на молоке.

Если горчица засохла, в нее добавляют несколько капель уксуса или белого вина и щепотку сахара.

Чайная ложка гречишного меда, добавленная к столовой горчице, приготовленной из 100 г порошка, придаст ей приятный вкус.

Готовя горчицу, рекомендуется положить в нее немного растертой аскорбиновой кислоты.

Мускатный орех. Мускатный орех — это высушенное семя вечнозеленого мускатного дерева, которое растет на островах Ява, Суматра, Пенанг, в некоторых районах Индии и Центральной Америки.

Мускатный орех обладает жгучим вкусом и сильным специфическим ароматом.

Натертый мускатный орех добавляют в соусы, селедочный форшмак, тушеное мясо, овощное пюре, в тушеные с картофелем грибы — по 0,2 г на порцию. Хорошо замешивать его в тесто для пряников, сдобных булочек (2 г на 1 кг муки).

В блюда его кладут перед окончанием варки, а в тесто — при замесе.

Гвоздика. Это высушенная почка цветка тропического гвоздичного дерева. Она придает блюдам сильный аромат, поэтому применяется в строго умеренных дозах. Гвоздика незаменима в маринадах (особенно для грибов), соленьях, мясных блюдах, соусах и сладких кушаньях.

Корица. Кусочки или порошок измельченной коры тропического коричного дерева хороши для некоторых соусов, маринадов многих блюд кавказской кухни.

Корица — одна из лучших приправ к сладким, молочным, овощным, крупяным блюдам, а также к маринадам.

Корицу добавляют в бисквиты, пироги, яблочный фарш, сладкие соусы. Приятный вкус приобретают

простокваша, кефир, творожные пудинги, молочные кисели, если в них положить щепотку корицы.

Анис и тмин. Они отлично заменяют друг друга и используются при приготовлении кисло-сладких соусов (1 г на литр соуса), плова, сырковой массы, творожного пудинга, салатов, булочек и печенья. Вкусна тушеная капуста с тмином (2 г на 1 кг капусты).

Тмин, придающий продуктам приятный аромат, используют при изготовлении сыров. Перед выпечкой посыпают зернышками тмина ржаной хлеб, пирожки, булочки.

Бадьян. Замешивается в тесто для выпечки пряников, коврижек, кренделей. Он применяется при приготовлении компотов, киселей, варенья. Закладывают его за 5—10 мин до готовности.

Розмарин. Это вечнозеленый полукустарник, родиной которого являются средиземноморские страны. Ценится как замечательная пищевая приправа к различным мясным блюдам, особенно к жаркому. Необыкновенно вкусным получается цыпленок, натертый свежим или сушеным розмарином за несколько минут до жаренья.

В сочетании с базиликом, петрушкой и щавелем он употребляется в виде приправы к начинкам, в частности к домашней птице и мясу.

Розмарин добавляют в супы, салат из помидоров, вареной или тушеной рыбе, грибам и различным маринадам.

Растения, используемые в кулинарии

Петрушка, хрен, укроп, анис и другие известные огородные растения прочно вошли в наше меню. Но сколько еще есть растений, мимо которых мы проходим, не зная их полезности, способов применения в пищу.

Аир. Корневище аира употребляют в кулинарии вместо лаврового листа.

Базилик мятолистный (обыкновенный, огородный). Листья и стебли его применяют в сухом или

свежем виде как пищевую приправу. Порошок из свежих листьев с розмарином заменяет перец.

Барбарис. Мелкие и сочные плоды красного цвета, кисловатые на вкус, используют для приготовления киселей, подают к острым мясным блюдам.

Боярышник. Из сухих плодов готовят заменители кофе и чая, а растертые и добавленные в муку при выпечке хлеба они придают ему приятный привкус фруктов.

Брусника. Листья заваривают вместо чая.

Бузина черная. В пищу идут соцветия. Их обмакивают целиком во взбитый в пену яичный белок, посыпают сахарной пудрой и запекают в духовке. Получается вкусное воздушное блюдо, которое подают с малиновым сиропом.

Ваниль. Гибкие и темные стручки растения, имеющие приятный устойчивый аромат, добавляют в сырники, пудинги, компоты, кондитерские изделия.

Вишневые листья. Придают соленьям крепость и хрусткость.

Горец почечуйный. Все части растения могут быть использованы как острая приправа.

Листья молодой горчицы. Из них получается вкусный салат, который может быть и превосходным гарниром к мясным и рыбным блюдам.

Гравилат городской. Молодые свежие листья добавляют в салаты. Тонкие корни могут заменить корицу и гвоздику.

Донник. Сухие цветки и листья используют как кулинарную пряность.

Дубовые листья. Применяют для солений.

Душица. Растение с сильным приятным запахом. Используется при засолке огурцов, грибов, помидоров, для приготовления кваса и настоек. Ее кладут также в овощные салаты, соусы к жаркому, тушеному и запеченному мясу.

Зверобой. Траву применяют как пряновкусовую приправу, верхушки растений — как суррогат чая.

Земляничные листья. Заваривают как чай.

Иван-чай. Свежие листья используют для салатов, из отваренных молодых побегов и корневищ готовят пюре, а из высушенных листьев — крепкий ароматный напиток.

Имбирь. Корневище тропического камышеобразного растения. Имеет жгучий вкус и специфический

запах. Его добавляют в соусы, маринады, сдобные изделия и т. д.

Кайса. Это высушенные целиком абрикосы с удаленной косточкой.

Календула. Наружные цветки употребляют для ароматизации и окраски сыров, получения красителей для пищевых жиров.

Каперсы. Маринованные, вяленые или соленые нераскрывшиеся почки цветов каперсов добавляют в конце тепловой обработки к солянкам, свиному шницелю, бигосу, различным соусам.

Кислица. Нежные листья с приятной кислинкой используют для приготовления витаминизированных салатов.

Клевер. Высушенными и измельченными головками заправляют супы. Молодые листья и стебли используют в качестве салата, в вареном виде — как шпинат.

Клюква. Листья употребляют как чай.

Кориандр. Свежая и сушеная зелень, собранная в период цветения, применяется в качестве пряности в салатах, супах и к мясным блюдам. Используется при засолке мяса, мариновании сельди, огурцов, грибов, слив. Это хорошая приправа для соусов. Добавляется также в тесто.

Костяника. Высушенные и размолотые плоды употребляют в качестве приправы, свежие — для приготовления киселей, морсов.

Крапива. Из молодых листьев готовят зеленые щи, супы, пюре, салаты. Перед употреблением их следует обдать кипятком.

Курага. Абрикосы сушеные, разрезанные пополам, без косточки.

Липовый цвет. Используют как заменитель кофе. Из молодых листьев липы можно приготовить богатый витамином С салат.

Майоран. Листья и стебли растения употребляют при изготовлении колбас, пельменей и других мясных блюд.

Маслины. Это плоды оливкового дерева, снятые при полном их созревании, когда они приобретут черный цвет. Хороши как приправа и как самостоятельное блюдо.

Можжевельник. Сушеные плоды можжевельника — издавна известная ароматическая приправа.

Можжевельник добавляют в дичь, в жаркое из говядины, в паштеты, в отварную капусту. Очень вкусна колбаса, запеченная в духовке и посыпанная толчеными плодами можжевельника. Его используют также при изготовлении некоторых сортов водки.

Молодило. Листья пригодны для приготовления борщей и салатов.

Мята перечная. Ее свежие или засушенные листья используют как приправу к мясным и рыбным блюдам. В старинных поваренных книгах рекомендуется добавлять мяту в воду при варке старого картофеля. Мята обогащает вкус салатов и соусов. Хороша как заварка, придающая особый аромат чаю. Мяту иногда кладут в вареники с творогом.

Настурция. Ее листья с острым своеобразным запахом и вкусом хороши для приготовления вегетарианских бутербродов. Зеленые, незрелые семена диаметром не более 6 мм, вымоченные в уксусе, употребляются, как каперсы.

Одуванчик. Цветочные почки используют вместо каперсов (маринуют и примешивают в солянки и винегреты). Из молодых листьев готовят салаты, предварительно залив их на 30 мин соленой водой или, обдав кипятком для удаления горечи, шинкуют и заправляют уксусом и сметаной. Поджаренные корни употребляют как суррогат кофе.

Пастушья сумка. Из свежих листьев приготавливают салаты, супы. Семена заменяют горчицу.

Первоцвет. Его листья, обладающие приятным запахом и сладковатым вкусом, используют для приготовления салата, особенно ранней весной, когда других витаминных растений еще нет.

Пижма. Если зеленью пижмы обернуть мясо, оно дольше сохранится свежим. Листья пижмы заменяют корицу и мускатный орех, имеют приятный вкус имбиря и применяются для ароматизации кексов, салатов, пудингов.

Полынь обыкновенная. Листья пригодны в качестве приправы к жирным блюдам (к гусю).

Портулак. Используют свежие светло-зеленые листья, которые снимают через 3 недели после посева, незадолго до цветения. Их можно тушить и жарить, а также добавлять в салаты из свежих овощей.

Ревень. Листовые черешки, собираемые в мае и

июне, содержат витамин С. Из них готовят компоты, салаты, соки, супы, начинку для пирогов.

Смородина черная. Листья применяют как суррогат чая, а также при солении и квашении. Зеленые веточки придают аромат соленым грибам.

Спаржа. Побеги спаржи кладут в салаты, супы. Из побегов, отваренных с сухарями и маслом, получаются отличные вторые блюда.

Тимьян (чебрец). Время сбора урожая — май, июнь. Используется ботва. Во время цветения ее срезают на высоте 5 см от земли.

Тимьян обладает пряным запахом и вкусом. В свежем и сушеном виде — это отличная приправа к жаркому, соусам, маринованной рыбе, овощам и салатам, а также к блюдам из гороха и фасоли, при засолке огурцов и изготовлении колбас. Траву используют в качестве пряности при мариновании груш и яблок.

Тыква. Семена тыквы заменяют миндаль при изготовлении кондитерских изделий.

Укроп. Зеленые плоды применяют для отдушки кондитерских изделий, приготовления маринадов, солений, мочений, уксуса.

Фенхель. Мелкие сушеные семена фенхеля используются в качестве приправы к различным блюдам и маринадам.

Хвощ полевой. Употребляют в пищу молодые побеги.

Хрен. Листья и корни хрена незаменимы при засолке грибов, придают им пряную остроту и предохраняют от раскисания и порчи.

Цикорий. Корни используют для приготовления суррогата кофе, прикорневые листья — для салатов.

Черемуха. Мука из сухих ягод вместе с косточками применяется в качестве начинки к тесту, а заваренная водой с медом — для приготовления киселей.

Черемша. Ее листья используют в пищу как приправу, из них готовят вкусный салат.

Шафран. Высушенные листья растения придают тесту своеобразный вкус и окрашивают его в оранжевый цвет. Их добавляют также в плов и другие восточные блюда.

Эстрагон. Свежие или сушеные листья растения с сильным ароматом добавляют в маринады, салаты, соусы, приправы.

Как снизить содержание нитратов в овощных и фруктовых блюдах

Нитраты — это соли азотной кислоты (селитры). Растения обладают способностью поглощать из насыщенной удобрениями почвы в несколько раз больше соединений азота, чем требуется для их развития. В итоге лишь часть нитратов синтезируется в необходимый человеку растительный белок, а остальные поступают на стол в «чистом виде» — в плодах и корнях, в стеблях и листьях.

В организме их судьба зависит от многих факторов, в том числе и от состояния нашего здоровья. Одни нитраты беспрепятственно выводятся, другие вступают в безвредные или даже полезные для человека химические соединения, третьи превращаются в соли азотистой кислоты — нитриты, которые вступают в реакцию с гемоглобином крови, лишая красные кровяные тельца возможности питать кислородом клетки тела. Вследствие этого нарушается обмен веществ, страдает центральная нервная система, снижается способность организма противостоять болезням.

Безопасным для взрослого человека считается ежесуточное употребление вместе с водой и пищей до 5 мг нитратов на 1 кг массы тела, то есть примерно 325 мг (для детей, пожилых людей и страдающих желудочно-кишечными заболеваниями этот норматив значительно ниже).

Все овощи и фрукты способны накапливать различное количество нитратов. Одни больше, другие меньше. Установлено, что мало нитратов содержится в репчатом луке, щавеле, брюссельской капусте, физалисе. Больше — в репе, редьке, брюкве, редисе, капусте белокочанной, капусте цветной, хрене, моркови, петрушке, сельдерее, пастернаке. Еще больше — в зеленых культурах, у которых в пищу идут зеленые листья или их черешки: салате, укропе, кинзе, зеленом луке, а также в столовой свекле. Отсюда вывод: никакие фрукты и овощи не следует есть сразу помногу. При относительно низком содержании нитратов в арбузах и дынях, к примеру, отравления ими часты только потому, что их можно съесть сразу много.

Содержание нитратов различно в разных частях растения: больше всего их в стеблях, кочерыжках, черешках листьев и в жилках; в листовых пластинках — меньше, а в корнеплодах, семенах и плодах — еще меньше.

Длительное вымачивание и отваривание — наиболее эффективные способы снизить концентрацию нитратов, так как соли азотной кислоты хорошо растворяются в воде. Однако не для всех овощей, а уж тем более зелени эти способы годятся. В капусте вредные вещества сосредоточены в верхних кроющих листьях и кочерыжке (до 20 %), в моркови — прежде всего в сердцевине, причем в средних по размеру морковинах нитратов, как правило, меньше, чем в мелких и крупных. У патиссона и сладкого перца надо срезать верхнюю часть, примыкающую к плодоножке. У кабачков удаляйте, не жалея, кожицу. Огурцы также следует чистить и срезать хвостик.

У редиса желательно отрезать хвостик, у столовой свеклы — верхнюю и нижнюю части корнеплода. Со свеклой, «чемпионом» по способности накапливать нитраты, вообще надо обходиться поосторожнее. Скажем, перед тем, как положить в борщ, ее лучше бы отбланшировать в малом количестве воды 5—10 мин и воду эту слить. Таким образом, опасность сократится на треть.

У картофеля угрозу представляет верхний слой, поэтому клубни лучше чистить. Потом их можно на сутки залить 1-процентным раствором поваренной соли или аскорбиновой кислоты (то есть разводить 1:100). Можно сварить и сразу, но отвар слить и больше не использовать. После отваривания даже неочищенный картофель теряет до 40 % нитратов, очищенный целый или разрезанный на 2 части — до 60 %, разрезанный на 4—5 частей — почти 75 %. Если к тому же приготовить потом из него оладьи, остаток нитратов будет мизерным.

У салата, щавеля, петрушки, сельдерея, укропа, кинзы наибольшее количество азотных соединений содержится в сокопроводящих частях — стеблях и черешках листьев. Перед употреблением следует подержать их, а также лук-перо хотя бы час в воде — при этом уходит до 20 % нитратов.

Помидоры накапливают селитры немного — 60.. 80 мг/кг. Их лучше всего употреблять в пищу в со-

вершенно зрелом виде. Вообще в созревших овощах и фруктах гораздо меньше нитратов, чем в сорванных раньше срока. Помидоры, огурцы, патиссоны и т. п. можно солить и мариновать, но от рассола (маринада) потом отказаться. В заквашенной капусте и некоторых других овощах первые 3 дня из нитратов активно образуются нитриты, но уже с 4-го дня их количество начинает снижаться, а после 8-го они не определяются вовсе.

Несколько слов о фруктах. По возможности ешьте их свежими, а не в пюре и соках (тем более после длительного хранения) — так больше шансов не подорвать, а укрепить здоровье. У дынь и арбузов весь вред — в корке и в прилегающих к ней недостаточно зрелых частях. В сухофруктах и вообще любых плодах, кулинарная обработка которых связана с сушением или упариванием, количество соединений азота на 1 кг массы, естественно, возрастает, иногда до угрожающих размеров.

Кстати, в овощах и фруктах содержатся вещества, способные нейтрализовать действие нитратов. Это витамины, танины, фенолы, хлорогеновая кислота и др. Во время кулинарной обработки теряются и они. Можно ли восполнить эту потерю? Частично — да. Свежезаваренный чай, например, или аскорбиновая кислота (в таблетках и богатых ею других продуктах) «связывают» селитры и «выдворяют» их из организма.

Помните, чем крупнее плоды и клубни, тем больше вероятность высокой концентрации нитратов.

При кулинарной обработке овощей и фруктов не забывайте:

огурцы очищать от кожицы и отрезать хвостик;

у столовой свеклы отрезать верхнюю и нижнюю части корнеплода;

капусту очищать от верхних кроющих листьев и обязательно вырезать кочерыжку;

у моркови отрезать верхнюю часть и вырезать сердцевину;

у патиссона срезать верхнюю часть, примыкающую к плодоножке;

у кабачков срезать кожицу.

Достаточно очень тщательно вымыть и очистить картофель, свеклу, морковь, брюкву, капусту, чтобы значительно снизить содержание нитратов в них.

Если к тому же подержать их час под проточной водой — концентрация станет еще ниже.

В вареной картошке нитратов останется всего 5-я часть, почти наполовину уменьшится их число в вареной брюкве, свекле.

Кстати, большая часть нитратов переходит в отвар в первые 15 мин, поэтому отвар лучше слить. А вот при жаренье и тушении овощей содержание нитратов почти не снизится. Зато квашеные, соленые, маринованные овощи и фрукты практически «обезнитрачены» на 70 %, особенно если в рассол не добавлять чеснок, сельдерей, укроп.

Еще один совет: ешьте зелень целиком, не режьте ее мелко — в порезанных, сломанных, надорванных листьях идет быстрое накопление нитратов.



СЕРВИРОВКА СТОЛА И ЗАСТОЛЬНЫЙ ЭТИКЕТ

Вкусно приготовить и привлекательно оформить то или иное блюдо — еще недостаточно. Большое значение имеет и то, как сервирован стол. К сервировке стола в каждом конкретном случае подходят по-разному. Строго определены лишь несколько правил. Остальное — дело личного вкуса, реальных возможностей и чувства меры. Главное, чтобы было удобно, опрятно и красиво.

Во всех случаях — будь то обычный семейный обед, встреча близких друзей или праздничный вечер со многими приглашенными,— стол должен быть накрыт со вкусом. Выбор посуды также зависит от каждого конкретного случая. К примеру, для торжества желателен сервиз. А в будни нет ничего предосудительного в том, что кто-то за завтраком предпочтет пить чай из обычного стакана, малышу нальют молоко в его любимую чашечку и т. п. В семейном кругу это не имеет значения, но отнюдь не значит, что на домашнем столе могут стоять тарелки с отбитыми краями, чашки с отколотыми ручками или заржавевшие вилки.

Внешний вид накрытого стола должен радовать глаз и вызывать аппетит. Обязательна скатерть. Впрочем, в будни ее можно заменить клеенкой, только с непременным условием, что она в безукоризненном состоянии — не порезана, края у нее не заворачиваются, рисунок не стерт. Скатерть же может быть любой, основное требование к ней — свежесть. Хорошо выглядят скатерти клетчатые, в горошек, с разноцветным рисунком, однотонные с вышивкой или ме-

режкой, ажурные вязаные. Такую скатерть можно сделать самим из декоративной ткани. По краю пришить кайму, тесьму, оборку и т. д. Из отделочной ткани можно сделать также набор салфеток. Кстати, о салфетках. В зависимости от назначения их подразделяют на столовые и чайные. Столовые салфетки размером 46×46 см необходимы за столом практически во всех случаях и только для сервировки стола к чаю рекомендуются так называемые чайные салфетки размером 35×35 см, преимущественно цветные.

Большинство отдает предпочтение бумажным салфеткам — они гигиеничны и, что немаловажно, избавляют от лишней стирки. Бумажные салфетки свертывают треугольником, складывают по 10—12 штук в стеклянные или пластмассовые салфетницы или раскладывают на пирожковые тарелки. Бумажной салфеткой можно пользоваться только один раз, после чего ее скатывают в шарик и кладут под борт тарелки, а после еды — на тарелку вместе с использованными приборами. Между тем не следует пренебрегать матерчатыми салфетками. Подобранные по цвету, рисунку и фактуре ткани к скатерти, они усиливают впечатление от красиво накрытого стола. Совсем не обязательно складывать салфетку каким-то замысловатым образом — красиво то, что просто.

Детям понравятся салфетки поярче в форме яблока, груши, гриба, цветка или украшенные забавной аппликацией по мотивам известных сказок.

Сервировка стола для своей семьи

Сервировка домашнего стола зависит от возраста членов семьи, их привычек, от времени года, от часа — завтрак это или обед, полдник или ужин, наконец, от количества сидящих за столом.

В будни общего семейного обеда, как правило, не получается. Только по выходным дням вся семья имеет возможность собраться за обеденным столом. В таких случаях хочется приготовить что-либо особенно вкусное, любимое всеми, провести обед в неторопливой беседе, ощутить тепло домашнего очага.

Такие совместные обеды особенно нужны детям.

Они учатся вести себя за столом, правильно пользоваться столовыми приборами, приобретают навыки, которые надо прививать с детства, и чем раньше, тем лучше.

Кроме того, обстановка, в которой изо дня в день питается человек, имеет большое значение для усвоения пищи. Светлое чистое помещение, будь то столовая или кухня, пусть просто, но со вкусом сервированный стол, аппетитная еда, поданная в соответствующей посуде, приветливая, опрятно одетая хозяйка создают хорошее настроение.

Вот почему надо не только для гостей, но в первую очередь для своей семьи всегда умело и заботливо сервировать стол и подавать еду в привлекательном виде.

Красиво накрытый стол доставляет удовольствие всем сидящим за ним. Кстати, число сидящих должно соответствовать размерам стола (из расчета 60 см на человека).

Сервировка стола к завтраку

Приятный завтрак в кругу семьи будет способствовать хорошему настроению на весь день. А ужин за красиво убранным столом, когда все члены семьи обмениваются впечатлениями, новостями за день, станет хорошим завершением дня.

Сервируя стол к завтраку, кроме закусочной тарелки подают чашку или стакан на блюдце, которые ставят справа, возле кончика ножа. Ручка чашки и ложечка на блюдце должны быть справа, так ими будет удобнее пользоваться.

Если к завтраку подают яйцо всмятку, то оно должно быть в специальной подставке-рюмочке, которую ставят на блюдце или пирожковую тарелку. Здесь же лежит ложечка для яйца, желательно пластмассовая — от металлической бывает хотя и слабый, но неприятный привкус. Яйца, сваренные вкрутую, подают очищенными от скорлупы.

Посередине стола или сбоку, но под рукой у завтракающих ставят чайник или кофейник (в том случае, если напиток не был разлит в чашки), а также корзиночку с булочками и хлебом, масло, мисочку с медом или джемом, сахарницу и солонку.

Нельзя подавать кофе в чашках без блюдца. На него кладут ложку и хлеб.

Сервировка стола к обеду

Тарелки принято ставить, немного отступив от края стола. Справа от тарелки раскладывают приборы в таком порядке, чтобы тот предмет, который будет использован в первую очередь, был крайним справа. Перед острием ножа ставят стакан, слева от тарелки — чашку для компота или салатник. Ложечку для компота кладут перед тарелкой ручкой вправо: рядом с ней — прибор для десерта, причем так, как его берут в руки: нож — ручкой вправо, вилку — ручкой влево. Свернутую салфеточку располагают слева от тарелки. Соль должна быть поблизости от каждого прибора, поэтому рекомендуется ставить на стол 2—3 небольшие солонки, а не одну большую в центре стола. Супницу с разливательной ложкой ставят в центре стола или с края.

Сервировка стола к полднику

К полднику стол сервируют так же, как и к завтраку. Для гостей или в праздник, когда вся семья собирается за столом, ставят несколько блюд с кондитерскими изделиями, оформленных просто, но красиво.

Если подают сухое печенье, на стол ставят тарелочки; если же мягкие изделия из теста — возле каждой тарелки кладут небольшую вилку. На блюдо с тортом следует положить лопаточку, а на блюдо с печеньем — щипцы.

Сервировка праздничного стола

Праздничные обеды и ужины требуют особой сервировки. Обеденный стол должен быть в идеальном состоянии — без пятен, царапин и других дефектов на полировке. Салфетки, на которые ставят тарелки, подбирают одинаковые. Можно воспользоваться одной длинной и узкой салфеткой — ее расстилают

посередине стола. Нарядно и красиво смотрятся салфетки из льняного полотна, отделанные вышивкой или мережкой.

Незаменима в торжественных случаях традиционная белоснежная скатерть, безупречно чистая, накрахмаленная, хорошо отглаженная. Она должна быть такого размера, чтобы края ее свисали со всех сторон одинаково на 20—30 см; если скатерть свисает ниже, она мешает сидящим за столом, а если выше — то смотрится неэстетично. Каждый угол скатерти должен опускаться строго против ножек стола и закрывать их. Не следует выравнивать скатерть, вытягивая ее за углы или поглаживая руками по ее поверхности. И, конечно, недопустимо накрывать стол плохо отглаженной скатертью. Под скатерть обязательно надо постелить легкую плотную ткань. Это предохранит поверхность стола от порчи при соприкосновении с горячей посудой и случайных пятен, смягчит стук тарелок и приборов.

Если гостей приглашено много, а одинаковых столовых приборов и посуды недостает, пусть это вас не смущает. Главное, чтобы никто не получил разнородных предметов. Салфетки для званого обеда или ужина предпочтительны белого цвета, причем салфетки и скатерть должны гармонировать с сервизом. На каждую индивидуальную салфетку ставят основную тарелку, а затем тарелки для следующих блюд. Столовую салфетку кладут в тарелку или слева от нее. Посуду расставляют на столе строго по прямой линии, отступив от края 1—2 см.

Все столовые приборы раскладывают симметрично в том порядке, в каком ими будут пользоваться во время еды: те предметы, которые понадобятся раньше, находятся дальше от тарелки, откуда их удобнее брать. Нож кладут справа от тарелки лезвием к ней, вилку слева — зубцами вверх. Суповую ложку — или справа от тарелки, или за тарелкой вместе с десертной — параллельно краю стола. Ложки кладут ручками вправо, выпуклой стороной на столе. Хлебную тарелочку ставят слева от основной. Мисочки с салатом — также слева, но чуть дальше. Ко всем блюдам, которые не сервируются порциями, подают специальные ложки, лопаточки, совочки, щипчики.

В центр стола ставят красиво оформленное основное блюдо (к примеру, мясное или рыбное ассорти,

разнообразные бутерброды, красиво оформленные и непременно маленькие, на «один укус»), вазу с фруктами, судок со специями. Ближе к центру размещают тарелки и салатники с холодными закусками. Вина и напитки могут стоять в разных местах. Рюмки, бокалы и фужеры ставят перед тарелкой чуть справа.

Посуда для сервировки стола

Чтобы уверенно чувствовать себя за столом, быть, что называется, в своей тарелке, надо знать предметы сервировки стола и их назначение.

Прежде всего это разнообразная фарфоровая или фаянсовая посуда. А именно:

закусочные тарелки диаметром 200 мм — для всех холодных и некоторых горячих закусок; *столовые глубокие тарелки* (большие диаметром 240 мм и вместимостью 500 $см^3$ и малые диаметром 200 мм и вместимостью 300 $см^3$) — для супов и каш;

бульонные чашки вместимостью 250—300 $см^3$ — для бульонов, пюреобразных и некоторых заправочных супов, которые подают с гарниром, нарезанным небольшими кусочками (чашки бывают с одной или двумя ручками);

мелкие столовые тарелки диаметром 240 мм — для всех горячих блюд. В некоторых случаях такую тарелку подставляют под глубокую тарелку с супом, а на торжественных приемах и банкетах — под закусочную тарелку. Под малую столовую тарелку с супом в качестве подставной используют закусочную тарелку;

пирожковые тарелки — для хлеба, булочек, гренков и других хлебобулочных изделий, предназначенных каждому участнику застолья. Впрочем, пирожковые тарелки, если застолье семейное, а не официальное, можно заменить бумажными салфетками;

десертные тарелки (мелкие и глубокие диаметром 200 мм) — для сладких (десертных) блюд. От закусочных малых и глубоких столовых тарелок они отличаются тем, что обычно разрисованы фруктами, ягодами и цветами. На десертных мелких тарелках подают сладкие пироги, фрукты и ягоды, а также всевозможные кондитерские изделия, а на десертных глубоких — мусс, самбук, сладкие каши с фруктами,

вареньем и т. д. Десертные тарелки могут быть заменены закусочными и малыми столовыми глубокими тарелками;

креманки (металлические или стеклянные) — для киселей, компотов, фруктов или ягод в сиропе, мороженого. Креманки со сладкими блюдами перед подачей к столу ставят на пирожковые тарелки.

Столовые приборы. К основным столовым приборам относятся ножи, вилки и ложки. Каждому ножу соответствует определенная вилка. С помощью столовых ножа и вилки едят блюда из мяса и мясных продуктов, изделия из теста (кроме сладких), пироги, кулебяки, блины и др. Кроме того, кончиком лезвия ножа можно помочь захватить на вилку гарнир.

Столовый нож по размеру соответствует диаметру мелкой столовой тарелки, вилка — ножу или может быть немного меньше.

Рыбные нож и вилка необходимы для употребления блюд из рыбы. При отсутствии специальных приборов для рыбы пользуются двумя вилками. Нож и вилка для рыбы несколько меньше столовых. Нож для рыбы тупой, похож на удлиненную лопатку, а вилка имеет четыре укороченных и широких рожка.

С помощью *закусочных ножа и вилки* едят мясные, рыбные, овощные закуски.

Десертные нож и вилка предназначены для сладких пирогов, некоторых пирожных и тортов, очищенных арбуза и дыни.

Что касается ложек, то наиболее часто употребляются следующие: *ложка столовая* — для супов, подаваемых в глубоких тарелках; *ложка десертная* — для сладких блюд, подаваемых в креманках или в глубоких десертных тарелках, а также для супов, подаваемых в бульонных чашках; *ложка чайная* — для горячих напитков (чая, кофе с молоком или сливками, какао), подаваемых в чайных чашках или стаканах (чайную ложку вполне можно использовать вместо десертной); *ложка кофейная* — для черного кофе, подаваемого в кофейной чашке.

Стекло (хрусталь). К столу кроме еды подают различные напитки. Пьют их, как правило, из стеклянной (хрустальной) посуды — рюмок, фужеров, бокалов и стопок.

Каждому напитку соответствует своя посуда:

рюмка для водки (35—50 см^3) — для крепких спиртных напитков (водки, горьких настоек, наливок), которые обычно подают к различным холодным и горячим закускам;

рюмка (50 см^3) *для крепленых вин* (мадеры, портвейна и др.), подаваемых к первым блюдам;

рейнвейная рюмка двух типов: обыкновенная вместимостью 75 см^3 и из цветного стекла на высокой ножке (150 см^3) — для натуральных белых вин типа рислинг, подаваемых к рыбным горячим блюдам и некоторым холодным закускам;

лафитная рюмка (100 см^3) — для натуральных (виноградных) красных вин, подаваемых к горячим мясным блюдам;

бокал для шампанского (125 см^3), подаваемого к десертным блюдам;

фужер (200—250 см^3) — для минеральной или фруктовой воды и других безалкогольных напитков;

коньячная рюмка (15—25 см^3) — для коньяка или рома, подаваемых обычно к кофе. Если к столу подают только коньяк, то его пьют из водочной рюмки;

стопка коническая (120—150 см^3) — для сока и морсов;

стопка цилиндрическая (250—500 см^3) — для пива и морса.

Нетрудно заметить, что вместимость бокала напрямую связана с крепостью напитка: чем крепче алкогольный напиток, тем меньше рюмка для его употребления.

Если предполагается обойтись без алкогольных напитков, то при сервировке на стол ставят только фужеры для безалкогольных напитков, ассортимент которых определяется перечнем подаваемых блюд. Для утоления жажды лучше всего подходит газированная или минеральная вода. Все безалкогольные напитки подают к столу охлажденными до 8—12 °С.

Цветы на столе

Нарядным стол выглядит, если он украшен цветами. Но они не должны заслонять собой ни блюда, ни людей, сидящих за столом. Поэтому цветы надо ста-

вить в низких вазах небольшими букетиками, в удобных местах, совсем не обязательно в центре стола. Впрочем, вазу можно заменить каким-либо другим сосудом — к примеру, салатницей или конфетницей. Тогда стебли надо коротко обрезать, чтобы головки цветов плавали на поверхности подобно водяным лилиям.

Кстати, и в обычный день приятно видеть на столе вазу с цветами. Утром они как бы приветствуют садящихся за стол с наступившим днем, настраивая их на добрый лад. В день 8 Марта праздничное настроение усилит ветка мимозы. Новогоднему столу неповторимое очарование придадут композиции из веточек сосны, ели, можжевельника.

Особую оригинальность придают праздничному столу цветы, красиво разложенные по центру вдоль него. Для такого украшения подбирают сорта, способные сохранять свежесть длительное время без воды. Хороши не только оранжерейные розы и гвоздики, но и полевые васильки и луговые ромашки, незабудки и фиалки, ранней весной нет ничего желаннее скромных лесных подснежников; осенью прелестны окрашенные в золото и багрянец листья, зимой выручают засушенные злаки и травы — да разве все перечислишь!

Стол, еда и фантазия

«Принарядить» закуску не так уж трудно. Всего-то и понадобятся острый кухонный нож да немного выдумки, изобретательности.

Привлекательный и аппетитный вид любому блюду можно придать с помощью свежих и консервированных овощей.

Хорошо, если их много — разнообразных не только по вкусу, но и по цвету. Обязательна зелень — веточки петрушки, сельдерея, укроп, лук, горошек, огурцы, а еще вареная морковь, маринованный перец, свекла, репчатый лук, капуста, помидоры и т. д.

Нарезанные овощи надо разложить так, чтобы они контрастировали по цвету. Их, к примеру, можно расположить вокруг основной закуски небольшими горками (вареные картофель, морковь, свекла, свежая или квашеная капуста), а вот кружки помидо-

ров, огурцов и других овощей лучше разложить рядками по краю блюда.

«Веер» из огурца. Крепкий небольшой огурчик или половинку надрезают тонкими пластинками вдоль не до конца и затем расправляют в веер.

«Ракушки», «кулечки», «трубочки» из капусты. Эти оригинальные украшения несложно сделать из небольших капустных листьев, окрасив их в розовый цвет с помощью свекольного сока. В них, как в раковины, можно положить любую закуску: салат, грибы, кусочки мяса, рыбы, сельди, красного перца, зеленый горошек и т. д. И еще один совет. Отварив капустные листья, свернуть их маленькими кулечками или трубочками, продеть один конец в морковное колечко и заполнить кулечек различной закуской. Аккуратно уложив их на блюдо, украсить веточками укропа и петрушки.

Прекрасно дополняют и украшают любую закуску свежие и маринованные фрукты: ломтики яблока, сливы, вишни, дольки лимона, апельсина.

Украшения из сливочного масла. Редкое угощение обходится без сливочного масла. Ставят его просто в масленке или на тарелке, нарезав брусочками, кружочками, шариками. Можно подать масло и одним куском, чтобы каждый мог взять от него сколько нужно. Но верх этого куска непременно надо украсить двумя-тремя «розочками» из масла. Делают их, как и овощные, но только из масла «стружка» не нарезается, а наскабливается. Берут твердый кусок масла и чайной ложкой, погружая ее время от времени в горячую воду, вырезают из него тонкие лепестки. Чтобы они не потеряли форму, тут же опускают их в холодную воду. 6—10 таких лепестков соединяют в цветок, в центр которого кладут зеленую горошину, кусочек редиса, красного перца, помидора, огурца, свеклы, чернослива.

Из сливочного масла можно сделать «гвоздички». Для этого не очень твердый брикет масла поскребывают ножом 12—15 раз по направлению к себе. На ноже образуется веерообразная масса. Снимают ее с ножа и соединяют концы внизу. Края готовой «гвоздички» слегка посыпают красным перцем.

Украшения из яйца. Кроме традиционного «грибочка» из яйца и половинки красного помидора можно из того же яйца сделать много других привлекательных украшений. Например «рыбью голову». Сваренное вкрутую яйцо нужно срезать так, чтобы оно стояло с наклоном. В верхней части яйца вырезать уголок и в него вставить кусочек отварной моркови или свеклы. Над «пастью» проколоть дырочки для глаз и вставить туда горошины перца, кусочки моркови или свеклы.

«Гномик» получится, если нос и рот «нарисовать» томатной пастой, шапочку сделать из половинок помидора или редиски, глазки — из горошин черного перца.

«Бабочка»: по бокам в яйце делают два наклонных надреза, куда вставляют «крылышки» — ломтики копченой колбасы или сыра; глазки — из горошин перца или из зеленого горошка; сверху — яркие пятнышки томатной пасты или красного перца.

«Ромашка»: у яйца, сваренного вкрутую, не вынимая желтка, аккуратно по кругу срезать тонкий слой белка, который потом свернуть наподобие цветка. Такие «ромашки» особенно эффектно смотрятся на фоне зеленого горошка. Одна горошина кладется внутрь, как пестик.

«Цветы» из помидоров. Очищенный помидор разрезают пополам и каждую половинку нарезают на тонкие ломтики, не доводя нож до конца. Затем раздвигают эти ломтики руками и — цветок готов. Среднего размера помидор можно надрезать, не касаясь сердцевины, чуть-чуть раздвинуть дольки и вложить в середину маслину или 2—3 зеленые горошины.

«Лилия» из репчатого лука. Очистить и вымыть холодной водой крупную луковицу. Острым ножом от центра луковицы вырезать небольшие треугольники и разъединить луковицу на две части. Чтобы легче было отделить чешуйки луковицы одну от другой, надо сделать сбоку надрез. Затем чешуйки вложить друг в друга так, чтобы острые концы лепестков одной чешуйки попадали в пространство между лепестками предыдущего ряда. Лепестки получившейся лилии можно слегка закруглить (делать это лучше

ножницами). Вокруг цветка красиво уложить листья салата, зеленый лук.

Такие лилии из лука можно подавать как самостоятельную закуску, а можно украсить ими салат, селедку, рыбу, отварной картофель.

«Листья» из огурца. Подойдет и соленый, и свежий огурец. Главное, чтобы он был правильной продолготоватой формы. Огурец разрезать наискось, уложить срезом вниз на разделочную доску, надрезать его и развернуть. Такие «листики» украшают салаты.

«Роза» из свеклы. Вареную свеклу разрезать по вертикали пополам. Половинку свеклы положить разрезом вниз на разделочную доску и нарезать тонкими пластинками, затем выложить из них розу, ставя пластинки горизонтально. Розы могут быть разного размера — большие и маленькие.

«Кулечки» из колбасы. Мясной салат неплохо украсить «кулечками» из колбасы. Их делают из тонко нарезанной вареной колбасы. Положив несколько кружков колбасы один на другой, острием ножа надрезают от середины до края и затем заворачивают «кулечком». В такой «кулечек» можно положить немного салата или несколько ломтиков огурца, помидора, кружочки редиса, веточку укропа или петрушки.

Холодные закуски

Студень. К праздничному столу его следует подавать красиво оформленным. Для этого, разливая студень, дно формы выложить кружочками вареного яйца, маленькими веточками зелени петрушки, звездочками, вырезанными из вареной моркови, полить их несколькими ложками бульона и поставить форму на холод. Когда бульон с украшениями застынет, налить в форму предварительно остуженную массу студня и снова охладить. Перед подачей на стол форму со студнем надо подержать над посудой с горячей водой, выложить студень на блюдо и разрезать на куски.

Маринованные грибы. Маленькие грибочки оставить целыми, крупные порезать, добавить растительное масло, кольца репчатого или мелко нарубленный зеленый лук, перемешать и выложить горкой в салатник. Сверху поставить несколько грибков, между ними посыпать мелко нарубленную зелень.

Салат из квашеной капусты. Капусту перебрать, крупную порубить помельче, добавить нашинкованные яблоки, маринованные фрукты, по вкусу сахар, растительное масло. Уложить в салатник, украсить маринованными фруктами или зеленью.

Разноцветный винегрет. Его готовят из вареного картофеля, моркови, свеклы, соленых огурцов, квашеной капусты, лука, зеленого горошка. Прежде чем смешать все компоненты, надо отдельно заправить нарезанную мелкими кубиками свеклу растительным маслом, тщательно перемешать и подержать некоторое время на холоде. После этого соединить с остальными овощами. Блюдо будет гораздо красивее, так как овощи сохранят свою естественную окраску.

Ассорти мясное. Нарезать тонкими ломтиками отварное мясо, ветчину, колбасу, язык и, чередуя, уложить на овальном блюде. Украсить зеленью и маринованными фруктами.

Сельдь с гарниром. Разделить селедку на филе: отрезать голову, вынуть жабры, разрезать тушку вдоль и вынуть хребет. Снять кожу и освободить от реберных костей. Положить обе части филе друг на друга или рядом и нарезать на кусочки. Приставить голову. Для гарнира взять картофель, морковь, свеклу, лук репчатый и зеленый, крутое яйцо, смешать и полить заправкой незадолго до подачи на стол.

Для заправки потребуется: кипяченой воды — $^1/_4$ стакана, масла растительного — 1 чайная ложка, сахара — 1 чайная ложка, горчицы — $^1/_2$ чайной ложки, столового уксуса — 1 чайная ложка, перца — на кончике ножа, соли — по вкусу.

Очень хорошо подать к селедке горячий, прямо с огня, отварной картофель, посыпанный мелко нарубленным укропом.

«Кулечки» из красной рыбы. Любую красную рыбу (соленую или холодного копчения) нарезать тоненькими ломтиками, свернуть каждый «кулечком» и уложить на тарелку основаниями к центру. В каждый «кулечек» положить дольку лимона или веточку зелени. Украсить маслинами.

«Почти красная икра». Две небольшие очищенные от костей сельди, 200 г сливочного масла, два плавленых сырка типа «Дружба» пропустить через мясорубку, добавить сырое взбитое яйцо, чайную ложку томатной пасты, хорошо перемешать и выложить в салатник. Чуть-чуть поперчить и украсить зеленью.

Фаршированные яйца. Они вкусны, просты в приготовлении, не лишни на любом праздничном столе. Яйца положить в холодную воду и варить не более 10 мин; если дольше — они приобретут некрасивый оттенок, да и вкус их ухудшится. Сваренные яйца остудить в холодный воде, очистить от скорлупы. Затем разрезать вдоль на половинки, аккуратно вынуть желтки, растереть их с разными продуктами до получения однородной массы. Белки наполнить полученной массой, выложить на блюдо срезом вверх, полить майонезом или сметаной, смешанной с горчицей, посыпать рубленой зеленью. Начинки могут быть самыми разнообразными, в зависимости от имеющихся под рукой продуктов, вкуса и фантазии хозяйки.

Начинки: *из сельди или килек* — сельдь или другую соленую рыбу вымочить в молоке или холодном чайном настое, разделать на филе и пропустить через мясорубку, соединить с растертыми желтками, добавить немного сливочного масла; *из печени* — жареную печень, желтки крутых яиц, жареный лук пропустить через мясорубку, добавить жир, в котором жарилась печень, соль, перец. Хорошо перемешать; *из грибов (соленых, маринованных, вареных)* — желтки размять, смешать с мелко нарезанными грибами, сливочным маслом (количество его должно составлять $^1/_3$ объема всей массы), добавить майонез или сметану, лук и зелень; *из шпрот и майонеза* — желтки и шпроты размять вилкой, добавить немного масла из банки, мелко нарезанную зелень, по желанию — майонез и лимонный сок; *из желтков с жаре-*

ным луком — нарезанный полукольцами репчатый лук потушить в любом жире и смешать с размятыми желтками; *с маслинами и сливочным маслом* — маслины отделить от косточек, добавить сливочное масло и размятые желтки. Пропустить через мясорубку.

«Цыплята» из фаршированных яиц. Для фарша плавленый сыр пропустить через мясорубку, смешать с размятыми желтками, добавить немного майонеза. Все перемешать, чтобы масса получилась достаточно густая, но не рассыпчатая. Половинки яиц наполнить этим фаршем повыше и придать им форму головы цыпленка. Из вареной моркови нарезать тоненькие брусочки, заостренные на конце. Сверху на голове «цыпленка» сделать три небольших углубления и вставить в них кусочки моркови—получится гребешок, из ягод сушеной черники выложить глазки. Расставить «цыплят» на блюде, выложив его листьями салата, зеленым горошком, листиками петрушки.

Чешские хлебчики. Нарезать белый хлеб ломтиками толщиной 7—8 мм. Отдельно приготовить любой салат, заправленный майонезом, и покрыть часть ломтиков этим салатом. Сверху положить кусочки вареного мяса, колбасы, рыбы (смешивать мясо и рыбу не следует), кусочки крутого яйца, листик петрушки или сельдерея. Украсить такой бутерброд можно «колокольчиком» из сливочного масла и внутрь его положить немного шпрот, яичного желтка, несколько зернышек икры. Другую часть хлебных ломтиков смазать тонким слоем сливочного масла и на него положить кусочки мяса или рыбы. Салат в этом случае кладут горкой (1 чайная ложка на бутерброд).

Салаты — на все вкусы

Салаты нравятся многим. С их помощью легко разнообразить меню, они хороши на завтрак, обед, ужин и, конечно же, для гостей. Вот несколько интересных, на наш взгляд, рецептов из вполне доступных продуктов. Попробуйте — и вам понравится.

Русский салат. 250—500 г вареного картофеля, 250 г вареной (жареной) свинины или говядины, 2 яйца, 1 яблоко, 2 соленых огурца, 1 небольшая вымоченная и очищенная от костей и внутренностей сельдь, 250 г вареной, нарезанной кубиками свеклы (по желанию).

Соус для салата: 1/8 л сметаны, 1 столовая ложка тертого хрена, 2 столовые ложки уксуса, 1 чайная ложка горчицы и 1/2 стакана мелко нарубленной зелени петрушки и укропа.

Гарнир: 4 листика салата, 1—2 помидора, 1 яйцо, несколько ломтиков огурца.

Картофель нарезать кубиками. Яблоко очистить от кожицы, освободить от сердцевины. Затем яблоко, огурцы, мясо, сельдь нарезать мелкими кубиками. Из сметаны, хрена, горчицы, уксуса и зелени приготовить соус для салата. Смешать соус с салатом. Готовый салат выложить на зеленые листья салата, украсить дольками помидоров, ломтиками яйца и огурца.

Пражский салат. 150 г жареной телятины, 150 г жареной свинины, 150 г соленых огурцов, 100 г лука, 100 г яблок, перец, майонез, сок лимонный или уксус.

Все компоненты нарезать полосками, полить лимонным соком или уксусом и перемешать с майонезом. По желанию можно посыпать перцем.

Римский салат из сельди. 500 г помидоров, 250 г тушеных шампиньонов, 250 г тушеных белых грибов или лисичек, 2—3 луковицы, 4 хорошо вымоченные сельди, 1 молóка, 1 неполный стакан майонеза, 2 столовые ложки творога, 2 столовые ложки растительного масла.

Помидоры, грибы, сельдь и лук нарезать небольшими кубиками. Майонез смешать с творогом и молоком. Все перемешать.

Испанский салат из помидоров и огурцов. 500 г свежих огурцов, 500 г помидоров, 1—2 луковицы, 3 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка уксуса, перец и соль, 1 столовая ложка тертого хрена, 1 долька чеснока.

Салатник натереть чесноком. Помидоры и огурцы нарезать тонкими ломтиками и положить в миску — слой помидоров, слой огурцов, пересыпая каждый

мелко нарубленным репчатым луком. Овощи не перемешивать, а только полить соусом, приготовленным из растительного масла, уксуса, перца и соли, причем каждый слой полить в отдельности. Сверху посыпать тертым хреном.

Смешанный салат (по-польски). 500 г помидоров, 2 соленых огурца, 2 свежих огурца, 2 луковицы, 2 сваренных вкрутую яйца, 2 столовые ложки мелко нарубленной зелени укропа, 2—3 столовые ложки растительного масла, щепотка сахара, соль.

Все продукты нарезать мелкими ломтиками и уложить слоями: помидоры, свежие огурцы, яйца, соленые огурцы, лук. Каждый слой слегка посолить и чуть-чуть посыпать сахаром. Салат полить маслом и посыпать зеленью укропа.

Салат из краснокочанной капусты (польская кухня). 250 г краснокочанной капусты, сметана, хрен, растительное масло, лимон, сахар, соль, перец.

Капусту нарезать тонкими полосками, опустить в кипящую воду на несколько секунд, отбросить на дуршлаг и облить холодной водой. Остальные компоненты смешать отдельно, затем перемешать с подготовленной капустой, дать ей немного постоять и подать на стол, предварительно охладив.

Копенгагенский салат. 250 г рыбы, 1 соленый огурец, 2 помидора, 1 небольшая луковица, 1—2 яблока, 100 г майонеза, соль, перец, горчица.

Рыбу отварить в очень небольшом количестве воды, удалить кости и разделить на кусочки. Огурец, помидоры, лук и яблоки нарезать кубиками и соединить с кусочками рыбы, приправить солью, перцем и горчицей и смешать с майонезом.

Датский салат из макарон. 200 г макарон или рожков, 1 небольшой кочан цветной капусты, 1 корешок сельдерея, 2 моркови, 200 г ветчины или колбасы, 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки уксуса, 3 столовые ложки майонеза, 1 чайная ложка горчицы.

Макароны разломать и сварить в подсоленной воде. Морковь и сельдерей нарезать полосками или кубиками, капусту разделить на кочешки и все овощи

сварить в слегка подсоленной воде, но не разваривать. Охлажденные овощи и макароны заправить майонезом, растительным маслом, уксусом и горчицей, добавить нарезанную полосками ветчину или колбасу.

Салат из перца (по-болгарски). 2—3 стручка сладкого перца, 3—4 помидора, 1 луковица средней величины, 1 столовая ложка мелко нарубленной петрушки, 1—2 столовые ложки растительного масла, немного уксуса.

Перец вымыть, обсушить и очистить от сердцевины, затем нарезать в виде лапши и смешать с ломтиками помидоров, луком, петрушкой, подсолнечным маслом и уксусом. Перец приобретет особенный, пикантный вкус, если его запечь на сковороде без добавления жира до получения светло-коричневого оттенка. Затем быстро переложить стручки в миску и плотно прикрыть крышкой, после чего снять тонкую кожицу стручков не составит труда.

Салат «Вальдорф» (американская кухня). 250 г вареного сельдерея, 250 г неочищенных, но освобожденных от сердцевины яблок, 100 г грецких орехов, 100 г майонеза, 2 столовые ложки лимонного сока, соль, 1 стакан взбитых сливок или взбитой сметаны.

Сельдерей и яблоки нарезать мелкими кубиками, добавить крупно нарубленные орехи. Майонез смешать с лимонным соком, слегка посолить (можно добавить немного взбитых сливок). Все это смешать с салатом и поставить на холод. Подать на салатных листьях.

Садовый салат (американская кухня). 2 стакана нарезанного кубиками вареного картофеля, $^1/_2$ стакана нарезанного кубиками вареного сельдерея, $^1/_2$ стакана нарезанных кубиками огурцов, $^1/_4$ стакана ломтиков редиски, $^1/_4$ стакана мелко нарубленного сладкого перца, несколько листьев зеленого салата.

Соус для салата: $^1/_2$ чайной ложки мелко нарубленного репчатого лука, $^1/_2$ чайной ложки винного уксуса, красный перец на кончике ножа, $^1/_2$ чайной ложки соли, $^1/_2$ стакана майонеза.

Смешать компоненты для соуса и осторожно вылить полученный соус на подготовленные для сала-

та овощи. Все осторожно перемешать. Подать на блюде, украшенном листьями зеленого салата.

Салат из риса (по-японски). 1 стакан риса, 2 стакана воды, 250 г жареной или вареной говядины, 1—2 апельсина, соль.

Соус: 1 желток, по 1 чайной ложке горчицы и сахара, 1 столовая ложка уксуса, 1/8 л растительного масла, 1 апельсин, 1 столовая ложка муки, сок 1 лимона, 1/2 чайной ложки соли.

Рис вымыть и сварить. Откинуть на дуршлаг и облить холодной водой. Желток, горчицу, сахар, уксус, соль взбить хорошенько венчиком, прибавить постепенно растительное масло. Сок апельсина развести водой (1 ложку сока в 7 ложках воды), в этой апельсиновой воде развести муку, вскипятить и тотчас же смешать с майонезом. Рис, кубики мяса и измельченные дольки апельсина перемешать, салат сбрызнуть соком лимона. Подавать в холодном виде.

Салат из петрушки (по-арабски). Большой пучок петрушки, 1 луковица, 1 лимон, соль.

Петрушку и лук мелко порубить и смешать с нарезанной кубиками мякотью лимона. Посолить и осторожно перемешать.

Пикантный салат (по-гречески). 1 сельдь, 1 луковица, 1 помидор, 1 стручок сладкого перца, 1 корешок зеленого салата, 2 столовые ложки растительного масла, 1 столовая ложка уксуса (по желанию можно добавить маслины), соль и перец по вкусу.

Сельдь очистить, удалить кости, смешать с мелко нарубленными овощами. Из растительного масла, уксуса, соли и перца приготовить соус для салата и заправить им салат.

Салат из редьки. 500 г редьки, 1 средняя луковица, 1—2 столовые ложки растительного масла, уксус, перец, соль по вкусу, 1—2 столовые ложки мелко нарубленной петрушки или другой зелени.

Редьку натереть на крупной терке и обдать кипятком. Когда обсохнет, смешать ее с мелко нарубленным луком, полить растительным маслом. Салат приправить уксусом, перцем, солью и посыпать зеленью.

Салат из тыквы, яблок и дыни (кавказская кухня). 125 г тыквы, 125 г дыни, 125 г яблок, 50 г меда, лимонный сок.

Тыкву мелко порубить, смешать с медом. Яблоки и дыню нарезать кубиками, смешать с тыквой и полить соком лимона.

Подача блюд и напитков

Хорошо неподалеку от места хозяйки за столом поставить маленький столик (подсобный), на котором разместить супницу с супом, чистые тарелки и все необходимое, что хозяйка может использовать, не вставая со своего места. В тех случаях, когда за столом сидят пять-шесть человек, хозяйка может свободно подавать блюда сама. Но когда за столом больше людей, кушанья гостям следует подносить. При этом нужно знать следующее правило: блюда, из которых гость должен сам переложить порцию на свою тарелку, подносят слева от сидящего за столом. Кушанья, предварительно разложенные на тарелке, подают с правой стороны сидящего за столом.

Во всех случаях подавать блюда надо быстро, но без лишней суеты. Особенно важно соблюдать это правило, если за столом много людей.

Кушанье выносят из кухни готовым: оформленным и загарнированным. Подавая блюдо с соусом, соусник держат в правой руке, а кушанье — в левой.

Этикетом предусмотрена определенная последовательность подачи блюд: вначале предлагают холодную закуску (или закуски), за ней следует горячая закуска, а после них — первое блюдо, например, суп, затем — вторые горячие блюда (вначале рыбное, а после него мясное) и, наконец, десерт — сладкое блюдо, а за ним фрукты.

Разумеется, само меню может меняться, но последовательность подачи блюд остается неизменной. Если в меню отсутствуют, скажем, горячая закуска, суп и горячее рыбное блюдо, последовательность подачи останется прежней, то есть после холодной закуски подают второе горячее мясное блюдо, а затем десерт.

Приносить кушанья к столу принято на подносе и ставить их в центре стола, перед хозяйкой или

самым почетным гостем. Если сидящие за столом сами передают друг другу блюда, делать это надо слева направо, при этом блюдо ставят возле соседа по столу таким образом, чтобы он мог брать кушанья с левой стороны.

Предлагаемое блюдо подносят как можно ближе к тарелке и на ее уровне, чтобы его легко можно было переложить на тарелку. Подавая, держат блюдо левой рукой (ни в коем случае не обеими руками). Использованные тарелки и приборы нужно собирать, подходя с правой стороны; при этом в левой руке держат поднос, на который складывают отдельно приборы и тарелки стопкой. Нельзя составлять тарелки одна на другую вместе с приборами.

Суп подают в супнице с разливательной ложкой, бульон — в специальных чашках и едят его десертной ложкой.

Горячую закуску подают на блюде или в огнеупорных мисках, керамических горшочках, в которых она была приготовлена. В таких случаях на подносы под мисочки с горячей закуской кладут салфетку, чтобы при подаче они не скользили на подносе, не призводили излишнего шума, а еда в них не остывала. Горячие горшочки снимают с подноса с помощью щипцов. К большим блюдам с закуской подают отдельную ложку.

Мясо подают нарезанным аккуратными ломтиками с овощным гарниром. При большом числе сидящих за столом рекомендуется подавать два небольших блюда с мясом, а не одно большое и тяжелое, так как его трудно переносить и оно занимает много места на столе.

Соленые или малосольные огурцы нарезают вдоль не очень широкими полосками, свежие — кружочками.

На большой плоской тарелке подают смешанные закуски. Весьма декоративно выглядит блюдо, если в середину его положить несколько четвертинок крутых яиц, вокруг них разложить нарезанную ветчину, а в следующем ряду — звездообразно по краям тарелки полоски соленых огурцов, а между ними — кусочки сыра.

Если подается рыба в консервах, ее лучше ставить на стол в банках, под которыми обязательно должны быть тарелочки.

К нарезанному сыру на блюдо кладут лопаточку, масло к нему — на десертной тарелочке, рядом с ней — небольшой нож.

Рассыпчатый гарнир переносят на тарелку ложкой, мелко нарезанный и в соусе — с помощью ложки и вилки.

Десерт перекладывают на тарелки в зависимости от его вида с помощью ложки (мусс), лопатки (торт) или щипцов (сухое печенье).

Компот подают в глубоких мисках. Если ягоды компота с косточками, под мисочки для компота ставят блюдца, на которые следует класть косточки.

Напитки разливают с правой стороны, причем бутылку держат правой рукой и наливают в стакан, стоящий на столе.

Как правильно есть и пить

Холодные и горячие закуски. Почти все холодные закуски, будь то рыбные, мясные или овощные, перекладывают с общего блюда на свою закусочную тарелку и едят с помощью ножа и вилки. Ножом отрезают от рыбы, мяса или овощей небольшой кусочек, придерживая его вилкой, а затем накалывают на вилку и направляют в рот.

Икру и паштеты чаще всего едят со сливочным маслом. Поэтому на тарелку берут немного и того, и другого. Взяв в левую руку кусочек хлеба, ножом, держа его в правой руке, накладывают на хлеб немного масла, а на него — икру. Подготовленный таким образом небольшой бутерброд левой рукой направляют в рот.

Можно поступить и так: ломтик хлеба или половину кладут на тарелку рядом с икрой (паштетом) и маслом. Придерживая хлеб указательным и большим пальцами левой руки, делают бутерброд, а затем отрезают от него по небольшому кусочку, накалывают его на вилку и едят. Так же едят икру из баклажанов, кабачков и др.

Горячие закуски, как правило, подают в той посуде, в которой они были приготовлены: в кокильницах — в виде металлической створки раковины с ручкой, кокотницах — 100-граммовых кастрюльках с

длинной ручкой и порционных сковородах с двумя противоположно расположенными ручками.

Кокиль в кокильницах, кокот в кокотницах или солянку (мясную или рыбную) в порционной сковороде ставят на пирожковые или закусочные тарелки и подают каждому гостю так, чтобы ручка кокильницы или кокотницы была слева от сидящего за столом. При этом на ручки кокильницы и кокотницы во избежание ожогов надевают папильотки — бумажные трубочки с разрезанным и красиво завернутым концом.

Рядом с кокилем или кокотом кладут прибор для еды: к первому — вилочку, ко второму — кофейную или чайную ложку, ручки которых должны быть повернуты вправо.

Солянку в порционной сковороде так же, как и яичницу, едят закусочными вилками с ножом.

Первые блюда. Супы едят из глубоких столовых тарелок. Вместе с тем бульоны, пюреобразные супы и некоторые заправочные супы, в которых гарнир нарезан небольшими кусочками, можно есть из бульонных чашек.

Бульон с пирожком или гренками едят из бульонной чашки, поставленной на блюдце. Ручка чашки при этом должна быть справа, а пирожок — слева.

Бульоны из чашки едят десертной ложкой, держа ее в правой руке. Приступая к еде, нужно убедиться, не горяч ли бульон. Для этого следует зачерпнуть ложкой немного бульона и осторожно попробовать. Если бульон окажется очень горячим, не надо энергично помешивать ложкой или дуть на него, чтобы быстрее охладить. Лучше немного подождать. Вначале бульон едят ложкой, а затем, положив ее на блюдце и взяв правой рукой чашку за ручку, понемногу отпивают как чай. Пирожок или гренок держат большим и указательным пальцами левой руки и откусывают от него по кусочку, запивая бульоном. Если бульон подан в чашке с двумя ручками, то едят его ложкой.

Супы-пюре, бульоны с гарниром (яйцом, овощами, запеканкой и др.) и некоторые заправочные супы едят также из бульонных чашек десертной ложкой. При этом чашку с блюдцем ставят перед гостем ручкой влево. Едят такие супы только ложкой.

От хлеба отламывают левой рукой по небольшому кусочку.

Заправочные супы — щи, борщи, рассольники, солянки, овощные супы, супы с макаронами, вермишелью, лапшой и др. едят из глубоких столовых тарелок столовой ложкой. При этом ложкой черпают справа налево или от себя. Зачерпнув ложкой немного супа, донышком ложки следует коснуться края тарелки, сняв таким образом все капли на нем, после чего ложку направляют боковой частью в рот. Капусту или макароны, чтобы они не свисали с ложки, нужно предварительно осторожно разделить концом ложки на части.

Доедая суп, тарелку наклоняют от себя.

Набрав целую ложку супа, съедают содержимое в два, а то и в три приема. Но лучше брать в ложку столько супа, сколько можно съесть за один прием.

Не рекомендуется наклоняться и нагибать голову к ложке супа — при этом придется прихлебывать, поскольку жидкость вверх сама не польется.

Блюда из рыбы. Порционные куски отварной или жареной рыбы частиковых пород, предварительно разделанные на филе (без костей и кожи), а также порционные куски рыбы осетровых пород с гарниром едят с помощью рыбной вилки и рыбного ножа. Придерживая кусок рыбы концом ножа, вилки отделяют от него по небольшому кусочку. Если рыба рассыпается, вилкой можно воспользоваться как ложкой, то есть повернуть ее зубцами вверх и с помощью ножа положить на нее кусочки рыбы.

Если нож для рыбы не подан, можно воспользоваться двумя вилками: правой — для отделения костей, а левой — для отправления кусочков рыбы в рот.

Частиковую рыбу, приготовленную с костями и нарезанную порционными кусками или целиком (мелкий карп, карась, линь и др.), есть следует особенно осторожно, чтобы не поперхнуться случайно косточкой. Едят отварную, жареную и запеченную рыбу с костями также рыбными ножом и вилкой, а если они не поданы — столовыми ножом и вилкой.

Отварную или жареную рыбу, приготовленную с костями и нарезанную на порционные куски, рекомендуется есть следующим образом: вначале отде-

лить от скелета верхнюю часть филе, съесть ее, затем отделить позвоночник и косточки, отложить их в сторону, после чего съесть вторую часть филе. Затем, переставив нож левее, вилкой стянуть со следующих ребер мякоть и съесть, не забывая про гарнир. Если вместе с мякотью снимутся 1—2 реберные косточки, их вилкой и с помощью ножа нужно положить на противоположный край тарелки. Съев реберную мякоть рыбы, следует повернуть кусок рыбы (а не тарелку) спинкой к себе и начать есть мякоть спинки. Для этого с помощью ножа и вилки нужно снять мякоть спинки или часть ее с хребтовой кости. Затем с левой стороны спинки на расстоянии примерно 1—1,5 см от ее края нажимают концом ножа на мякоть спинки так, чтобы косточки были прижаты им к тарелке, но без особых усилий, а вилкой от ножа влево стягивают мякоть с косточек. Выступившие из-под ножа косточки с помощью вилки кладут на край тарелки. Съев мякоть спинки, нужно перевернуть кусок рыбы с помощью ножа и вилки нижней частью вверх и есть ее, так же снимая мякоть с костей.

Рыбу, поданную целой тушкой, едят так же, как нарезанную порционными кусками.

Если вы ели рыбу правильно, на вашей тарелке останутся скелет из позвоночной, хребтовой и реберных костей и несколько мелких косточек из спинной части рыбы.

Блюда из мяса. Мясные горячие блюда подают на мелких столовых тарелках. Едят их с помощью столовых ножа и вилки.

Мясные блюда, нарезанные порционными кусками, политые соусом или растопленным сливочным маслом, с гарниром подают на подогретой мелкой столовой тарелке. Это кушанье начинают есть с основного продукта, то есть с мяса, отрезая от него небольшие кусочки.

Если вам нравится есть мясо с горчицей, надо положить желаемое количество ее специальной ложечкой (но не своим ножом) на край тарелки. Затем, наколов вилкой кусочек отрезанного мяса, на кончик ножа следует взять немного горчицы и положить ее на мясо.

Не рекомендуется: сразу же разрезать весь кусок мяса на маленькие кусочки, так оно быстро остынет

и станет невкусным; обмакивать отрезанный кусочек мяса в горчицу; вначале съедать мясо, а затем гарнир или наоборот.

Мясные соусные блюда подают на мелких столовых тарелках и едят с помощью столовых ножа и вилки. Мелкие кусочки мяса и гарнира, которые невозможно наколоть вилкой, берут с помощью ножа и захватывают на вилку.

Не следует забывать о соусе. По мере необходимости надо левой рукой отломить небольшой кусочек хлеба и, положив его в тарелку, с помощью ножа и вилки пропитать соусом, а затем вилкой отправить в рот. Соус рекомендуется есть так вместе с мясом и гарниром.

Если соусное блюдо приготовлено с косточками, например рагу, то каждый кусок с помощью ножа и вилки вначале освобождают от косточки, срезая мякоть ножом или придерживая его за косточку и снимая мякоть вилкой. Затем косточку с помощью ножа и вилки кладут на край тарелки, а мякоть едят, как и обычный кусочек мяса, с помощью ножа и вилки.

Не следует крошить в тарелку кусочки хлеба, смешивать с соусным блюдом, а затем есть или съедать соус тогда, когда мясо и гарнир уже съедены.

Рубленые мясные блюда — котлеты, шницели, биточки, тефтели, зразы, бифштексы — едят с помощью вилки, держа ее в правой руке.

Так же едят запеканки, рулеты, яичницы, отварные и жареные овощи, котлеты и биточки из рыбы и овощей.

Блюда из птицы и дичи. Правилами этикета предусмотрены два способа употребления птицы и дичи.

В первом случае к столу каждому из гостей не подают полоскательницу для ополаскивания пальцев. Птицу и дичь при этом едят только с помощью столовых ножа и вилки, осторожно срезая мякоть с косточек.

Во втором случае справа от каждого сидящего ставят в салфетке полоскательницу с теплой водой, подкисленной ломтиком лимона. Тогда основную мякоть срезают с косточек и едят с помощью ножа и вилки, а косточку с оставшимся мясом допускается взять большим и указательным пальцами правой

руки и аккуратно съесть мясо. После этого косточку кладут на край тарелки, а пальцы споласкивают в полоскательнице и вытирают салфеткой.

Часто к праздничному столу подают цыпленка табака. Это целый цыпленок (или его половина), предварительно отбитый тяпкой и жаренный с обеих сторон под грузом. Подают цыпленка табака на мелкой столовой тарелке. Отдельно к нему подают чесночный соус в соуснике на пирожковой тарелке слева от сидящего за столом. Несколько правее от соусника ставят салатник с гарниром — шинкованным репчатым или зеленым луком, свежими или маринованными огурцами и помидорами. Сверху на гарнир кладут ложку для перекладывания.

Есть цыпленка табака принято в следующем порядке. Левой рукой берут за ручку соусник, а правой набирают чайной ложкой соус и поливают цыпленка. Поставив соусник и чайную ложку на место, левой рукой берут салатник с гарниром и перекладывают часть его на край своей тарелки сбоку. В процессе еды гарнир и соус по мере надобности добавляют.

Поставив салатник с ложкой на место, начинают есть. С помощью столового ножа и вилки отделяют от цыпленка крылышко или ножку и, понемногу срезая с нее мякоть, съедают. Одновременно едят и гарнир. Если в качестве гарнира поданы, к примеру, маринованные огурцы, то от огурца каждый раз отрезают по небольшому кусочку, а не разрезают его весь сразу. После того как мякоть с крылышка и ножки съедена, а косточки с помощью ножа и вилки переложены на край тарелки, причем дальний от сидящего, приступают к филейной части, грудке, также отрезая от нее маленькие кусочки и не забывая про гарнир.

Котлеты по-киевски готовят из тонко отбитого куриного филе с косточкой. Котлета эта начинена кусочком сливочного масла. В этом-то и состоит трудность: как съесть котлету, чтобы не разбрызгать находящееся в ней масло.

Некрасиво да и неудобно брать котлету за папильотку и, поднеся ко рту, откусывать от нее. Косточка под тяжестью котлеты может отломиться, доставив вам и соседям массу неприятностей.

Чтобы масло не брызнуло на вас или, что совсем плохо, на соседа, следует в месте, где папильотка

соприкасается с котлетой, придержать ее ножом за косточку, а зубцами вилки осторожно проколоть котлету рядом с ножом, чтобы масло постепенно вытекло. Вилку при этом нужно немного наклонить от себя. Затем с левого конца котлеты, придерживая ее вилкой, аккуратно отрезать по кусочку, следя за тем, чтобы масло вытекало постепенно.

Когда котлета будет съедена почти до косточки, оставшуюся мякоть можно доесть, держа пальцами правой руки за папильотку.

Десертные блюда. Компоты, кисели, мороженое, желе, кремы, муссы подают в креманках, которые ставят на пирожковые тарелки, едят их десертной или чайной ложкой.

Компот из вишни (черешни) с косточками едят из креманки, захватывая ложкой вместе с жидкостью и ягоды. Косточку выплевывают на кончик ложки и перекладывают на пирожковую тарелку. Когда в креманке останется совсем немного жидкости, креманку можно наклонить левой рукой от себя и ложкой захватить остаток, а лучше и вовсе недопивать его. Когда компот будет съеден, ложку нужно положить на тарелку, а не оставлять в креманке.

Арбуз подают чаще всего разрезанным на ломти с коркой. На тарелку ломоть арбуза кладут мякотью к себе, коркой — от себя. Едят его с помощью ножа и вилки небольшими кусочками, предварительно освободив кончиком ножа каждый отрезанный кусочек от семечек.

Лучше подать арбуз на десертных тарелках ломтями, очищенными от корки. Едят его также с помощью ножа и вилки.

Дыню, нарезанную на ломти с кожицей и очищенную от семян, кладут на тарелку кожицей вниз. Вытирают пальцы салфеткой. Придерживая вилкой ломоть, мякоть нарезают ножом в нескольких местах до корки, а затем, срезав с корки и отрезая по небольшому кусочку, вилкой направляют его в рот. Можно вначале мякоть ломтя дыни целиком срезать с корки, а затем есть, отрезая от мякоти по небольшому кусочку и беря его вилкой.

Не рекомендуется разрезать ломти арбуза или дыни на небольшие куски с коркой, а потом брать

поочередно каждый кусок рукой и съедать мякоть с корки, выплевывая семечки арбуза на тарелку.

Груши и яблоки разрезают на половинки или четвертинки и, наколов их на вилку, снимают ножиком кожуру. Едят небольшими кусочками.

Апельсины чистят с помощью ножа, а мандарины — руками. Виноград придерживают за ветку левой рукой, а правой отрывают ягоды и съедают. Рядом с десертной тарелкой ставят блюдце, в которое кладут кожуру, веточки. Такое же блюдце необходимо ставить, подавая фрукты с косточками.

Сливы разламывают пополам, а косточки кладут на тарелочку.

Персики и абрикосы разрезают ножом на тарелке, удаляют косточку, снимают кожицу с помощью ножа и вилки и едят маленькими кусочками.

Черешню и вишню подают на небольших тарелочках вместе с плодоножками. Рядом с десертной тарелкой, справа, кладут чайную ложку. Черешню берут рукой, а веточку кладут на дополнительную тарелку. Косточку выплевывают на ложечку, а потом кладут на тарелочку.

Клубнику, промытую и очищенную от венчиков, подают каждому гостю в креманках или глубоких десертных тарелках. Отдельно в вазочке подают сахарный песок или пудру. Посыпанную сахаром клубнику едят десертной ложкой, запивая холодным молоком или сливками.

Горячие напитки. К горячим напиткам относятся чай, кофе, какао, шоколад.

Чай подают в чашках, поставленных на блюдца, или в стаканах, вставленных в подстаканники, на пирожковых тарелках. Наливать чай следует так, чтобы от его поверхности до края чашки или стакана оставалось 0,5—1 см.

Положив на каждое блюдце (или тарелку) чайную ложку ручкой в противоположную сторону ручке чашки или подстаканника, чашки с чаем ставят перед каждым сидящим за столом так, чтобы ручка чашки или подстаканника была обращена влево.

На стол к чаю ставят сахарницу с сахаром и щипчиками или ложкой для перекладывания сахара в чашки; вазу с вареньем (медом, джемом), рядом с нею — стопку розеток (ровно столько, сколько при-

сутствует за столом гостей) и кладут ложку для перекладывания варенья в розетку.

Перемешивают чай с сахаром бесшумно, после чего пробуют его ложкой, а затем, положив ложку на блюдце и повернув чашку ручкой вправо, правой рукой подносят чашку к губам и пьют небольшими глотками.

Лимон к чаю подают нарезанным кружочками на блюдце. Рядом кладут вилочку для перекладывания.

Не рекомендуется доедать оставшийся после чая лимон, а корочку снова перекладывать в чашку или на блюдце.

Если к чаю подано варенье, то левой рукой берут розетку из стопки рядом с вазой с вареньем и подносят ее к вазе с вареньем. Правой рукой берут десертную ложку (она лежит на вазочке с вареньем или на тарелочке рядом с вазой) и перекладывают в розетку. Положив ложку на место, розетку с вареньем ставят справа рядом с чашкой (на уровне блюдца) и пьют чай.

Если в варенье попадаются косточки, то их с помощью чайной ложки выкладывают на край чайного блюдца.

Не рекомендуется в гостях класть варенье в чай: это позволительно сделать только дома.

Поданный к чаю ликер пьют из маленьких рюмочек небольшими глотками, не торопясь, чередуя с чаем.

Если к чаю гостям предлагают сладкий пирог или торт, то перед каждым ставят пирожковую тарелку, кладут десертный нож и вилку. К бисквитному торту достаточно подать десертную ложку. Едят пирог с помощью ножа и вилки, причем нож кладут лезвием на борт тарелки.

Подавая чай с молоком или сливками, чашку заполняют на 2/3 или 3/4 объема чаем, а в него вливают молоко или сливки.

Кофе можно приготовить по-разному: кофе черный, кофе с горячим молоком (сливками); кофе по-венски — сладкий черный кофе, на который сверху кладут взбитые сливки с сахарной пудрой.

Кофе по-варшавски готовят на топленом молоке с добавлением сахара, а подают в чайных чашках с блюдцами и чайной ложкой и пьют так же, как и чай.

Кофе по-восточному — это двойная и даже четвертная норма кофе, смолотого до пылеобразного состояния, с добавлением для смягчения вкуса кусочка сахара. Готовят такой кофе в джезве и в ней подают. Джезву с готовым кофе ставят на пирожковую тарелку, рядом кладут чайную ложку и свернутую бумажную салфетку. Из джезвы кофе переливают в маленькую кофейную чашку. Правда, есть один нюанс. Вначале перекладывают в чашку кофейную пенку, собирая ее чайной ложкой у самой стенки джезвы. И только после этого кофе в джезве перемешивают и переливают вместе с гущей в чашку.

Перелить кофе из джезвы в чашку должна по этикету хозяйка, а не сам гость.

К кофе по-восточному отдельно в тонком стакане подают охлажденную и подкисленную лимоном воду. Поскольку кофе по-восточному подают с гущей, частички ее оседают на эмали зубов. После того как кофе будет выпит, достаточно нескольких глотков подкисленной воды, чтобы зубы стали чистыми.

Кофе-гляссе — это черный сладкий кофе, охлажденный до 8—10 °С, в который кладут шарик мороженого. Подают такой кофе в коническом стакане с утолщенным дном на пирожковой тарелке. Сбоку кладут десертную или чайную ложку и 1—2 соломинки. Пока мороженое не растаяло, его периодически помешивают ложкой и понемногу едят. Затем ложку кладут на тарелку, а кофе отпивают небольшими глотками через соломинку.

Какао и шоколад подают горячими и сладкими в чайных чашках на блюдцах с чайной ложкой. Вначале их пьют с ложки, а затем так же, как и чай, отпивают из чашки небольшими глотками.

Холодные напитки. Подавая на стол минеральную воду, квас, морс, фруктово-ягодные газированные напитки, фруктовые, ягодные, овощные соки, надо обязательно учитывать сочетаемость их с кушаньями, которые предполагается подать к столу. К закускам хороши светлый виноградный сок, лимонный, который особенно подходит к рыбным блюдам, морковный, березовый и др.; к рыбным горячим блюдам — клюквенный морс, лимонный, кизиловый и алычовый соки; к мясным горячим блюдам — томатный, красный виноградный, гранатовый, яблоч-

ный, черносмородиновый, сливовый соки, хлебный квас, к десерту — газированные фруктово-ягодные напитки, сладкие фруктово-ягодные соки.

Не следует, едва сев за стол, сразу же залпом опустошать бокал с напитком. Если вас донимает жажда, лучше утолить ее до приглашения за стол, попросив у хозяев попить.

Перед тем как запить еду каким-либо напитком, не забудьте вытереть губы салфеткой, чтобы не оставлять на краях бокала неприятных следов.

Открыв бутылку с минеральной водой либо с прохладительными напитками, следует протереть горлышко бутылки и только после этого разлить напиток по бокалам.

Поднимая горлышко бутылки от бокала, нужно сделать вращательное движение «к себе» — тогда капля жидкости не упадет на скатерть.

Не рекомендуется пить из стакана, сильно запрокинув голову.

Некрасиво держать стакан, отставив в сторону мизинец.

Коктейли подают в специальных бокалах или стаканах конусной или цилиндрической формы, а пьют обычно через соломинку. Перед подачей на стол охлаждают, кладут кубики льда. Часто для вкуса добавляют кружочки лимона, апельсина или нарезанную серпантином их корочку, а также черешни, вишни, половинки абрикосов и персиков, фрукты можно подать отдельно или в кубиках льда. Для этого в формочки для льда кладут ягоды или дольки фруктов, заливают водой и помещают в морозильную камеру. Воду предварительно следует прокипятить, тогда кубики льда будут прозрачными.

Предлагаем несколько рецептов безалкогольных напитков и коктейлей.

«Овощной». Соки вылить в миксер, добавить по вкусу сахар, соль, перец, перемешать все и вылить в стакан.

По 1/4 стакана томатного, морковного, апельсинового и яблочного соков, сахар, соль, перец по вкусу.

«Свежесть». Все компоненты смешивают в миксере 1—2 мин. Процедить через ситечко в бокал или стакан и долить доверху газированной водой из сифона.

Сок 1 лимона, 100 г томатного сока, щепотка соли, 1 яичный белок.

«Праздничный». Все компоненты тщательно перемешать, разлить в бокалы и подать с чайной ложечкой.

По 1/3 стакана апельсинового и лимонного соков, компота из персиков, по 1 дольке апельсина, персика, яблока.

«Лимонный». Выжать сок из лимона, налить в миксер, добавить сахар, желток, молоко и мороженое. Все тщательно перемешать и вылить в стакан.

Сок 1/2 лимона, 1 столовая ложка сахара, 1 желток, 100 г молока, 2 столовые ложки мороженого.

«Прохлада». Сварить не очень густой сахарный сироп, опустить в него мятные конфеты, непрерывно помешивая, чтобы они растаяли, и охладить. Добавить сок, сироп и 2—3 кубика пищевого льда — все взбить и подать в бокале с соломинкой.

150 г сахарного сиропа, 2 мятные конфеты, сок 1/2 грейпфрута.

«Глазенка». В каждый бокал положить вишни и дольку лимона. Отдельно взбить соки, сироп и 2—3 кубика пищевого льда, разлить по бокалам. Подать с чайной ложечкой.

200 г ананасного сока, по 2 столовые ложки лимонного сока и вишневого сиропа, 3—4 вишни, 1 долька лимона.

«Молочно-малиновый». Все компоненты смешать, взбить, чтобы образовалась пена, и тут же подать к столу, можно с пирожным или мягким печеньем.

200 г молока, 2 столовые ложки малинового сиропа, 1/2 столовой ложки лимонного сиропа.

«Молочнокислый». Тщательно размешать охлажденный кефир, малиновый сироп (или свежую малину) с сахаром, молотой корицей. Пить сразу после приготовления.

1 стакан кефира, 2 столовые ложки сиропа, 1/2 столовой ложки сахара, щепотка корицы.

«Молочный». Любой фруктовый сироп (вишневый, яблочный, клубничный, малиновый), молоко, сливочное мороженое перемешать в стеклянной посуде и взбить в миксере. Можно только перемешать.

150 г молока, 1/4 порции сливочного мороженого, 50 г сиропа или жидкого варенья.

Алкогольные напитки. Праздничный стол не обходится без вина, водки, коньяка и т. д. К разным блюдам по вкусовому сочетанию рекомендуется подавать разные напитки. Так, к закускам подают водку, горькие настойки; к первым блюдам (супам) — мадеру, портвейн; к рыбным горячим блюдам — белые натуральные вина; к мясным блюдам — красные, к десертным сладким блюдам — шампанское или десертные вина; к чаю — ликер, к кофе — коньяк.

Для каждого напитка требуется рюмка или бокал соответствующей вместимости: чем крепче напиток, тем меньше рюмка. Сервируя стол, рюмки ставят в той последовательности, в какой будут подаваться блюда. Чаще всего их бывает три: рюмка для белого натурального вина, для красного вина и фужер для воды; или рюмка для водки, для красного натурального вина и фужер для воды; или рюмка для водки, бокал для шампанского и фужер для воды.

Пить необходимо умеренно и не стремиться выпивать каждую рюмку до дна.

Если за столом оказались люди, которые вовсе не пьют спиртного, не следует настаивать на том, чтобы они выпили во что бы то ни стало.

По этикету непьющий человек может, произнеся тост, поднять свою рюмку и снова поставить ее на место. При этом можно пригубить рюмку, выразив таким образом уважение к присутствующим.

Наполнять рюмку доверху не следует, так как, поднимая ее и поднося ко рту, можно расплескать вино.

Каждый наливает вино себе в рюмку, предварительно предложив его даме справа столько, сколько он может и хочет выпить.

С давних времен у нас существует обычай чокаться перед тем, как выпить. Считается, что в чоканье участвуют все основные органы чувств — зрение, обоняние, вкус, осязание и слух. Чокающиеся при этом смотрят друг другу в глаза. Взгляд должен быть коротким и выразительным. При чоканье с женщиной или пожилым мужчиной более молодой должен держать свой бокал чуть ниже их бокалов, подчеркивая тем самым свое почтение и уважение.

Впрочем, обычай чокаться, хотя и давний и достаточно красивый, а подчас и значительный, не всегда удобен, особенно в больших компаниях. В самом

деле, вряд ли так уж необходимо тянуться через весь стол или через голову соседа, чтобы чокнуться и выразить уважение одному, но досадить при этом другому.

Вот почему и у нас все чаще следуют традиции, принятой во многих странах, то есть поприветствовать друг друга и выпить за здоровье, не чокаясь. Провозглашают тосты и чокаются только в особо торжественных случаях.

Хозяин, желая поблагодарить гостей за добрые слова и пожелания в свой адрес, может предложить в конце застолья тост за здоровье всех присутствующих.

О поведении за столом

Умение непринужденно держать себя за столом, красиво есть всегда считалось одним из критериев, по которому судили об общем культурном уровне человека. Время, безусловно, вносит определенные коррективы в правила поведения за столом, одни отмирают, появляются новые, но ряд основных норм все же остается неизменным. Знание их помогает нам правильно ориентироваться в различных ситуациях повседневной жизни.

Итак, о поведении за столом. Кстати, первой садится за стол хозяйка и приглашает садиться остальных. Вначале садятся женщины, а мужчины помогают им сесть. Для этого мужчина берет за спинку стул, стоящий справа от его стула, отодвигает от стола, несколько развернув его спинкой к себе. Женщина проходит к своему месту и ждет, когда ей пододвинут стул. Мужчина осторожно пододвигает к ее ногам стул, говоря «пожалуйста» или «прошу садиться», и только после того, как сядет женщина, садится сам.

Преимущественное внимание за столом мужчина оказывает женщине, сидящей от него справа. Он предлагает ей налить напиток, подать то или иное блюдо, занимает ее беседой.

Поскольку за праздничным столом приходится сидеть довольно долго, сев за стол, следует обратить внимание на свою осанку. Сидеть надо прямо, но не напряженно, избрав наиболее удобную, неутомляющую и при этом красивую позу. По этикету реко-

мендуется сидеть на стуле так, чтобы занимать сиденье стула по возможности полностью, слегка прикасаясь спиной к спинке стула. Сидеть нужно прямо, но свободно, без напряжения, на расстоянии от края стола, не превышающем ширины четырех пальцев вашей ладони.

Ноги лучше согнуть в коленях под прямым углом, а ступни должны стоять параллельно друг другу.

Руки до еды или в перерывах между едой нужно держать на коленях или на подлокотниках кресел. Во время еды всегда следует держать локти слегка прижатыми к туловищу, стараясь не задевать соседей.

Как известно, локоть правой руки при отрезании куска мяса, например, а локоть левой — при поднесении вилки ко рту невольно стремятся оторваться от туловища. Если не научиться сдерживать локти «при себе», иными словами, держать их слегка прижатыми к туловищу, то вы неизбежно будете мешать соседям и справа, и слева, что, разумеется, не доставит им удовольствия.

Этикетом не рекомендуется класть на стол локти, подпирать ладонями подбородок или щеки, держать ноги одна на другой или вытягивать их под столом.

Нельзя садиться на край стула, раскачиваться на нем, класть руки на спинки соседних стульев, сидеть вразвалку — это неуважительно не только по отношению к присутствующим, но и к самому себе.

Сев за стол, осмотритесь, обратите внимание на то, как сервирован стол.

Быстро и не очень сосредоточенно рассматривая закуски, прикиньте для себя, какие вы непременно попробуете, а от каких откажетесь.

Большое количество различных приборов около вашей тарелки и обилие закусок на столе не должно вас смущать, если вы знакомы с правилами этикета. Напомним некоторые из них: пользуйтесь предметами сервировки только по назначению; все приборы — ножи и ложки, расположенные справа от тарелки, берут и держат во время еды правой рукой, а все те, что расположены слева,— левой рукой; десертные приборы, расположенные ручками вправо, берут правой рукой, а ручками влево — левой рукой.

Нож рекомендуется держать так, чтобы конец его ручки упирался в ладонь правой руки, средний и

большой пальцы нужно держать за бока начала ручки, а указательный палец — на верхней поверхности начала ручки ножа. Этим пальцем ручку ножа прижимают вниз при отрезании нужного куска. Остальные пальцы должны быть несколько согнуты к ладони.

Вилку при пользовании ею рекомендуется держать в левой руке зубцами вниз так, чтобы конец ее ручки слегка упирался в ладонь. Большим и средним пальцами нужно держать вилку за ребро ручки, а указательный палец держать сверху, прижимая ручку вилки вниз. Остальные пальцы нужно слегка согнуть и прижать к ладони.

Ложку следует держать в правой руке так, чтобы конец ручки ложки лежал на основании указательного пальца, а начало ручки ложки — на среднем пальце. Большим пальцем при этом нужно слегка прижать ручку сверху к среднему пальцу, а указательным — поддерживать ее сбоку.

К некоторым блюдам, кусочки от которых легко отделяются вилкой, подают только вилку. В этих случаях ее держат в правой руке.

Сев за стол и увидев на тарелке перед собой красиво свернутую белоснежную салфетку, не откладывайте ее в сторону, разверните, сложите вдвое и положите изгибом к себе на колени. Основное назначение салфетки — предохранить костюм от случайного загрязнения. Кроме того, ею обтирают пальцы рук и губы во время и после еды. Пальцы, испачканные во время еды, осторожно вытирают верхней половиной салфетки, не снимая ее с колен.

Для обтирания губ салфетку берут с колен двумя руками, укорачивают, перевертывая ее концы в ладони, и, приложив середину к губам, промокают их о верхнюю половину салфетки. Вытирать губы скользящими движениями по ним салфеткой некрасиво.

Совершенно недопустимо использовать салфетку вместо носового платка или в качестве полотенца для сильно испачканных рук.

Не полагается, сев за стол, пристально разглядывать приборы и посуду и тем более салфеткой протирать их, если вы вдруг заметили какое-то пятнышко. Этим вы обидите хозяев, усомнившись в их чистоплотности.

По окончании еды салфетку не следует тщательно складывать, пытаясь придать ей прежний вид, а просто аккуратно положить справа от своей тарелки. Не рекомендуется также вешать ее на спинку стула или класть на его сиденье.

Если салфетка случайно упала с колен на пол, попросите чистую.

Застолье немыслимо без доброжелательной, приятной беседы. Неторопливый, задушевный разговор за столом создает особый настрой, сближает всех присутствующих. В застольных беседах неуместны серьезные темы, чтобы не утомлять гостей и не отрывать их надолго от трапезы.

Правилами этикета не рекомендуется начинать беседу при подаче и употреблении горячих блюд, чтобы они не остывали и не теряли при этом своих вкусовых качеств. Как правило, в основном гости беседуют во время подачи и употребления холодных блюд и закусок, а также десерта, чая или кофе, избегая тем, которые могут испортить аппетит и настроение кому-либо из сидящих за столом. Неуместны разговоры о болезнях, методах их лечения и страданиях, которые они доставляют, замечания о качестве блюд.

Каждый культурный человек должен знать, как и в какой последовательности есть различные закуски и блюда.

Нужно научиться есть так, чтобы в течение всего застолья поддерживать аппетит и получать удовольствие от еды и от общения за столом. А это зависит от последовательности употребления многочисленных закусок и блюд, выставленных для угощения, а также от количества съеденного.

Этикетом предусмотрена такая последовательность подачи блюд: холодная закуска или несколько холодных закусок, горячая закуска, затем первое блюдо (суп, бульон), после него — вторые горячие блюда (вначале рыбное, потом — мясное) и в завершение застолья — десерт, фрукты.

Разумеется, за столом каждый ест только те закуски, которые ему нравятся, а не все то, что выставлено на столе. Если вы равнодушны к рыбным заку-

скам, начинайте с мясных, но только уж потом не возвращайтесь к рыбным.

Беспорядочная еда, когда без разбора едят все подряд, чревата притуплением чувства вкуса и быстрой потерей аппетита. И тогда не только последующие блюда, но и само торжество будут вам не в радость.

Недопустимо перекладывать пищу из общих блюд на свою тарелку персональными приборами: это и неудобно, и негигиенично. При этом не следует привередливо перебирать куски, отыскивая лучший, а сразу взять тот, что лежит с краю или сверху.

Кушанья с блюда нужно брать в соответствующем количестве, всегда помня об остальных сидящих за столом. На тарелку класть столько, сколько можно съесть.

Если на стол подано кушанье, которое вам не приходилось пробовать ранее, посмотрите, как справляется с ним хозяйка, или обратитесь к хозяйке с вопросом, из чего приготовлено блюдо и как полагается его есть.

Если какое-либо кушанье вам не нравится, не говорите об это за столом. Поблагодарите и откажитесь от дополнительной порции.

Неприлично выбирать из порций, лежащих на блюде, лучшую. Следует брать тот кусок, который лежит к вам поближе.

Подавая нож соседу по столу, держите его за середину, при этом ручка должна быть направлена к тому, кому вы передаете прибор. Не тянитесь за нужным вам предметом через стол, попросите, чтобы вам его передали.

Воспользовавшись общим блюдом, сахарницей, солонкой, тут же поставьте их на прежнее место, не оставляя надолго у своего прибора.

Уронив нож или вилку, не старайтесь поднять их, а попросите другой прибор, не извиняйтесь за свою оплошность и не пытайтесь исправить ошибку, чтобы не привлекать внимания окружающих. Вспомните замечание А. П. Чехова о том, что «хорошее воспитание не в том, что не прольешь соуса на скатерть, а в том, что ты не заметишь, если это сделает кто-нибудь другой». Если же подобную неловкость допу-

стит кто-либо из сидящих за столом, постарайтесь «не заметить» случившегося.

Неприлично садиться за стол с сигаретой, курить между блюдами. Это может быть неприятно другим гостям. Курение за обеденным столом считается проявлением неуважения, пренебрежительности к хозяевам и гостям. Позволить себе курить можно только после полного угощения, перед кофе, но не за столом, а выйдя в коридор, на балкон или в место, где вы никому не будете мешать.

Вы принимаете гостей

Говорят, умение принимать гостей — это искусство. И не случайно. Всякий, кто хотя бы один раз принимал гостей, не мог не убедиться в том, какое непростое это дело. Ведь хорошо принять гостей — это не значит вкусно и сытно накормить их. Здесь не менее важно и другое, как тонко подметил Оливер Голдсмит, классик английской литературы, «... всякое блюдо становится вкуснее, когда приправой ему служит гостеприимство».

Чтобы провести несколько приятных часов в обществе своих гостей, необходимо заранее продумать все подробности в связи с их приемом. И прежде всего обратить внимание на содержание и цель предстоящего торжества. После этого составить список гостей. На день рождения, как правило, приглашают родных и близких друзей. На свадьбу, новоселье, юбилей круг приглашенных бывает значительно шире. Не следует ограничиваться приглашением одних и тех же людей или лишь тех, у кого побывали сами. И хозяевам, и гостям будет интереснее, если придут новые люди. Количество приглашенных, разумеется, определяется вашими возможностями и поводом, по которому назначается торжество. Гостей можно приглашать лично, по телефону, письмом или открыткой по почте не позже чем за три дня до торжества.

Получив ответы от гостей и зная точно, сколько их придет, продумайте меню, составьте список продуктов, которые нужно купить. Заранее запаситесь напитками, не забудьте приобрести салфетки, накануне купите хлеб, масло, фрукты. Проверьте столовую посуду и белье. Уберите ковры и дорожки, проветрите

помещение. Приготовьте для гостей чистые полотенца и мыло, освободите вешалку.

Готовясь к торжеству, хозяйка должна так распределить свое время, чтобы у нее осталось часа два для отдыха и для того, чтобы привести себя в порядок до прихода гостей.

Когда приходят гости, дверь обычно открывает хозяин. Он помогает пришедшим раздеться и проводит в комнату, предназначенную для сбора гостей. Хозяйка, если она сидела, встает навстречу гостям.

Не предлагайте гостям переобуваться в домашние тапочки, если они сами не изъявят такого желания. Предусмотрительные гости зимой догадаются взять с собой легкую обувь, гармонирующую с их одеждой.

Еще до приглашения за стол хозяева должны познакомить между собой гостей, которые встречаются впервые или мало знакомы. Младшие по возрасту гости должны быть представлены старшим, женщину, назависимо от возраста, первой представляют мужчине. Во всех случаях при знакомстве в первую очередь называют имена младших по возрасту, служебному положению и т. д.

Гости обычно приходят не все сразу. Чтобы они не томились в ожидании праздничного обеда или ужина, не поглядывали с нетерпением на часы, рекомендуется накрыть еще маленький столик: поставить тарелки с крошечными, «на один укус», бутербродами, печеньем, фруктами, орехами, фруктовую воду, соки, лед и соломинки для безалкогольных напитков, коктейлей — они всем придутся по вкусу. Пусть гости сами придумывают и дегустируют диковинные смеси. Это и вкусно, и весело. И кроме того, создает непринужденную обстановку для знакомства и беседы гостей.

Через полчаса после назначенного времени гостей можно пригласить к столу. Не следует дожидаться опоздавших более этого срока.

По давней традиции хозяйка первой должна занять место за столом, тем самым как бы показывая пример гостям.

Рассаживая гостей за столом, необходимо учитывать общность их интересов, взаимоотношения между собой, особенности характеров и темпераментов. Гостя, склонного скорее послушать других, нежели рассказывать что-либо самому, желательно посадить ря-

дом с человеком, умеющим вести интересную беседу. Брата и сестру, супругов усаживают отдельно, молодоженов — вместе. Мужчин ни в коем случае не усаживают рядом, а только между женщинами — таково правило.

Почетные места за столом отводятся людям старшего возраста. Хозяин садится на одном конце стола, хозяйка — на другом так, чтобы удобно было выходить на кухню.

Почетным считается первое место справа от хозяйки.

Хозяйка должна все время быть с гостями, предлагать угощения, следить, чтобы никто не скучал, чтобы разговор за столом был общим.

Хозяин и хозяйка должны быть одинаково внимательны ко всем гостям, никому не оказывая предпочтения. Исключения заслуживает лишь самый пожилой в компании, почтенный человек или новичок, которому надо помочь освоиться.

Хозяева должны быть гостеприимны, но не навязчивы. Совершенно недопустимо настаивать на том, чтобы гости пили,— это не является признаком хорошего тона. Не следует также удерживать гостей, если время позднее.

Убедившись, что гости поели, первыми встают из-за стола хозяева, подавая тем самым пример остальным.

Неприлично уходить сразу же после ужина, как бы подчеркивая тем самым, что только само застолье и заслуживает внимания.

Прощаясь с гостями, хозяева выходят в прихожую, благодарят гостей за внимание и приятное общество. Гости со своей стороны благодарят хозяев за приятно проведенное время и вкусное угощение.

Вас пригласили в гости

Если вы получили и приняли приглашение, будет неуважительным не явиться. Крайний срок, когда еще можно отказаться,— два дня до назначенной встречи. При этом следует назвать достаточно вескую причину.

Заблаговременно позаботьтесь о подарке. Ни в коем случае не дарите вещи, заведомо ненужные — из

тех, что не нашли применения у вас самих,— лучше купить цветы, недорогой сувенир. Дорогостоящие подарки делать не следует, так как это ставит хозяев в неловкое положение и может быть неприятно другим гостям, преподнесшим более скромные презенты.

Детей в гости с собой берите тогда, когда вас с ними пригласили. И уж вовсе не годится приводить с собой случайно встреченного приятеля — хозяевам это не всегда доставит удовольствие.

В гости приходите в назначенное время. Опаздывать более чем на 10 минут неприлично. Еще хуже, чем опоздание, досрочный приход, когда хозяева не готовы к приему гостей.

Если вы пришли в гости с опозданием и все приглашенные уже сидят за столом, не обходите их с рукопожатием, поздоровайтесь лишь с хозяйкой и извинитесь за опоздание.

Придя в гости и увидев малоприятного человека, не выражайте неудовольствия: зачем хазяева его позвали? Даже если вы с ним в ссоре, не надо этого показывать другим и уж ни в коем случае не выяснять отношения, приглашая в арбитры хозяина или хозяйку.

Получая удовольствие от еды, не забудьте сказать комплимент хозяйке. Ей будет приятно, если вы поинтересуетесь, из чего приготовлено блюдо и как правильно его есть.

В гостях не принято плохо отзываться о приготовленной еде, напитках, не принято хвалиться своими кулинарными способностями или своих близких.

Постарайтесь не говорить слишком много о себе (даже если вы считаете, что всем это интересно), о своих делах, родственниках, и уж тем более болезнях.

Не стоит начинать разговор, который кому-то из присутствующих может быть неприятен.

Хороша та беседа, которая ведется взаимовежливо, без тенденции перейти к выяснению отношений.

Не затрагивайте темы, которые неинтересны, непонятны другим участникам застолья.

Не заводите разговор с человеком, сидящим слишком далеко от вас, это может быть утомительно для окружающих.

За столом неприлично шептаться и многозначительно переглядываться.

Не пользуйтесь за столом зубочисткой. Но если обойтись без нее невозможно, делайте это незаметно.

За столом непозволительно краситься и пудриться.

Будьте веселы в меру. Помните мудрое изречение: «Тот, кто смеется все время,— глупец, тот, кто никогда не смеется,— притворщик».

Уходя по какой-то причине раньше других, достаточно тихо попрощаться с хозяевами, чтобы не прерывать общее веселье.

Неэтично двум подружкам шептаться за общим столом и вообще в обществе. При этом недопустимо поворачиваться к собеседнице всем корпусом, так как вы повернетесь спиной к вашему другому соседу, а это неприлично.

Разговор должен вестись вполголоса (но не шепотом), чтобы не мешать другим.

Кстати, каждый из собеседников должен помнить, что беседа — это не монолог, а поэтому следует дать возможность высказаться и другим.

Умение выслушивать внимательно и доброжелательно — качество, необходимое любому собеседнику. Однако не рекомендуется и злоупотреблять: всякому терпению приходит конец.

Следует также избегать излишней болтливости и очень громких разговоров за столом.

Как правило, за праздничным столом произносят здравицы. Первым это обычно делает хозяин дома, где собрались гости. Он может произнести тост за здоровье своего гостя. Если хозяин произносит тост в честь какой-нибудь гостьи, то в течение вечера он должен уделить внимание и остальным дамам, конечно, если гостей не очень много.

Гости же, как правило, провозглашают тост только в честь «виновника» торжества. Если был провозглашен тост за хозяина, то нельзя забыть и хозяйку.

Во время произнесения тостов все присутствующие, демонстрируя свое уважение к произносящему тост и к тому, к кому он обращен, прекращают еду и разговоры между собой, положив столовые приборы на борт тарелки, и внимательно слушают говорящего.

Если произносящий тост уже с самого начала своего выступления приподнял свой бокал с вином на уровне груди, то и остальные мужчины встают также с поднятыми бокалами.

Если гости пришли неожиданно...

Если гости пришли без предупреждения, как снег на голову, не расстраивайтесь. В доме всегда найдется из чего приготовить бутерброды к чаю или кофе. Загляните в холодильник — и убедитесь в этом. Оказывается, там лежит кусок сыра, есть масло, немного колбасы, яйца, майонез, рыбные консервы, предусмотрительно купленные вами впрок. Кроме того, в банке осталось несколько маринованных огурчиков. Из этого набора продуктов можно быстро приготовить самые разнообразные бутерброды, большие калорийные или совсем маленькие закусочные — какие вам больше нравятся. Чтобы бутерброды были вкусными и красивыми, нужно лишь продумать, каким образом и из каких продуктов можно получить наиболее эффектные комбинации.

Бутерброды, приготовленные с выдумкой, нравятся всем, а дети охотно едят их даже с теми продуктами, от которых обычно отказываются. Для них немаловажен внешний вид еды, поэтому бутерброды должны быть яркими, непохожими, броскими.

Бутерброды получатся вкусные, если вы запомните несколько простых правил. На стол подают только свежеприготовленные бутерброды, разложив их на плоские, круглые или прямоугольные блюда. На каждое блюдо желательно положить бутерброды всех видов, разместив группами или рядами. Берут их с блюда лопаткой или щипцами. Еще лучше проткнуть бутерброды предназначенными для этого вилочкой или шпажкой, с помощью которой его удобно перекладывать на свою тарелку. Едят руками, предварительно вынув вилочку.

Если сразу приготовлено много бутербродов, их хранят на холоде, плотно накрыв, чтобы они не высыхали.

Приготовление бутербродов не займет много времени. Необходимы доска или блюдо для готовых бу-

тербродов, острый нож или пилочка для резки хлеба, нож с закругленным концом для намазывания масла, вилка для накладывания мягких продуктов. Ветчину, запеченное мясо и колбасы нарезают очень острым ножом. Чтобы ломти хлеба получились тонкими, следует использовать не свежий, а слегка зачерствевший хлеб. Свежий хлеб нужно подержать несколько часов в холодном месте, чтобы он скорее зачерствел. Причем хлеб лучше брать плотный, не ноздреватый — его легче нарезать на маленькие кусочки и придавать им желаемую форму. Сыр, ветчину, мясо, колбасу нарезают аккуратными тонкими ломтиками или размельчают. Рыбу очищают и размельчают. Салаты, масляные смеси готовят заранее. Яйца, помидоры, огурцы, редис нарезают кружочками, группируют продукты одного цвета.

Листья зеленого салата, укроп и петрушку погружают в холодную воду на час, затем, дав стечь воде, осторожно подсушивают полотенцем. Это поможет дольше сохранить их свежими.

Хорошо подать на стол различные бутерброды. К чаю или кофе подойдут бутерброды с кильками и яйцом, с печеночным паштетом и помидором, с сыром, шпротами, рыбным паштетом, с помидором и яйцом, с ветчиной и соленым или маринованным огурцом, с грибами, рыбой, хреном, со студнем и хреном, мясным салатом и т. д.

Чтобы разнообразить вкус бутербродов, масло и маргарин можно заправить различными продуктами. Добавляемые к маслу (маргарину) приправы натирают на терке, мелко рубят ножом или протирают сквозь сито и смешивают с растертым маслом, взбивают до получения однородной массы. Смесь будет более легкой и вкусной, если в нее добавить немного сметаны и хорошенько взбить.

С солеными продуктами (кильки, сельдь, копчености) рекомендуется использовать несоленое масло или маргарин, а с овощами (свежий помидор, огурец, редис, зеленый салат) можно употреблять и соленое. Из маргаринов предпочтительнее свежий сливочный. Для горячих бутербродов подойдут и другие виды. Маргарин хорош для приготовления именно горячих бутербродов, так как в процессе подогрева исчезает его специфический вкус, который многим не нравится.

Полосатые бутерброды. Они, несомненно, придутся по вкусу вашим гостям. Готовят их следующим образом. Черный или белый хлеб нарезают тонкими продольными ломтями и намазывают маслом. Белый хлеб лучше подсушить в горячей духовке так, чтобы изнутри он оставался мягким. Хлеб намазать маслом и положить на него полосами измельченные (рубленые или натертые) продукты. Затем подготовленные ломти разрезать на четырех- или треугольные кусочки, украсить листиком петрушки или веточкой укропа, кусочком помидора или редиса. Из одного длинного ломтя получается 7—10 небольших бутербродов.

Варианты сочетания продуктов для полосатых бутербродов: с ветчиной и яйцом, с сыром и колбасой, с сельдью и яйцом, с грибным, ветчинно-колбасным и овощным салатом и зеленью, с отварными овощами (морковью, свеклой, картофелем, зеленым горошком). Вот несколько несложных рецептов.

С сыром и колбасой. Большие ломти белого или черного хлеба намазать маслом, заправленным мелко нарубленным укропом или зеленым луком, петрушкой, сверху покрыть его длинными полосами колбасы и сыра, чтобы получились бутерброды в розово-белую полоску. Сыр можно положить одним куском или натереть. Разрезать и украсить помидором или зеленью.

С овощами. Большие ломти черного хлеба покрыть какой-либо масляной смесью. Свеклу и картофель отварить, морковь может быть вареная или сырая. Вареные овощи измельчить ножом, сырые — натереть на терке. Все овощи в отдельности смешать с небольшим количеством сметаны или майонеза, посолить. Уложить на бутерброд полосами, причем свеклу кладут рядом с зеленым луком, чтобы не окрасились другие овощи. Хорошо использовать также помидоры и сладкий стручковый перец. Готовый бутерброд разрезать на небольшие куски в форме квадратов или треугольников.

С салатом. Большие ломти черного или белого хлеба намазать маслом, сверху рядками положить салаты так, чтобы подчеркнуть их различную расцветку. Между полосами можно положить и немного томатного масла. Готовый бутерброд разрезать на

квадратные или треугольные куски, украсить веточкой петрушки или укропа.

С сельдью и яйцом. Большие ломти черного хлеба намазать маслом, сельдь очистить, освободить от костей и нарезать длинными полосками; желток и белок измельчить отдельно. Помидор или огурец и зеленый лук порубить острым ножом. Продукты уложить длинными разноцветными полосками, причем полоску сметаны положить рядом с сельдью. Полностью покрытый продуктами бутерброд разрезать на квадратные или треугольные куски.

Закусочные бутерброды. Это маленькие бутерброды диаметром 3—4 см. Их подают к водке, горьким настойкам, коктейлям, кофе или чаю, а также в виде закуски на праздничный стол или перед обедом.

Закусочные бутерброды можно приготовить из всех видов хлеба или печенья. Мягкий хлеб подсушивают в духовке или поджаривают на масле так, чтобы образовалась румяная корочка, а внутри он оставался мягким.

Закусочные бутерброды могут быть самые разнообразные по форме: квадратные, треугольные, ромбовидные, круглые. Их готовят с особенно вкусными, часто деликатесными продуктами, нарезая их аккуратными тонкими ломтиками.

С яичным маслом. Гренок из черного или белого хлеба намазать толстым слоем яичного масла, разрезать на треугольные куски, на каждый положить кусочек филе сельди или кильки, украсить веточкой укропа.

С яйцом. Гренок из черного или белого хлеба намазать тонким слоем масла, сверху положить кружки сваренного вкрутую яйца. Формочкой нарезать круглые бутерброды, на них положить свернутые колечком половинки филе кильки, украсить укропом или зеленым луком.

С помидором и яйцом. Черный или белый хлеб намазать килечным или селедочным маслом, положить сверху кружок помидора и покрыть его кружком яйца. Для разнообразия на некоторых бутербродах можно снизу положить яйцо, а сверху — помидор. Украсить мелко нарубленной зеленью.

С сыром и грецкими орехами. Ломти белого хлеба покрыть маслом и ломтиком сыра или плавленым

сыром. Нарезать квадратные бутерброды, на каждый положить половину ядра грецкого ореха и рядом небольшой целый редис, ягоду винограда или вишни. Ягоду можно прикрепить вилочкой.

С хреном и мясом. Большой ломоть хлеба намазать хренным маслом и разрезать на квадратные куски. К каждому бутерброду прикрепить с помощью шпажки свернутый в трубочку тонкий ломтик отварного или жареного мяса, колбасы или ветчины и воткнуть в нее листик петрушки или кусочек помидора.

С яицом и грибами. Гренок из белого или черного хлеба намазать маслом. Сваренное вкрутую яйцо нарезать кружочками, желток вынуть, размельчить вилкой. Маринованные грибы изрубить, смешать с желтком, заправить солью и горчицей. На бутерброд положить кольцо белка, в середину — горкой — грибную массу. Украсить маленькими грибками, зеленым луком, листиками петрушки.

С сельдью и яблоками. Хлеб намазать маслом, сверху положить рубленую сельдь и украсить долькой яблока.

С паштетом и сардинами. Хлеб намазать маслом, сверху положить паштет, разрезать на маленькие бутерброды и положить на каждый кусочек сардины и четверть тонкого ломтика лимона.

С копченой рыбой. Хлеб намазать маслом, разрезать на маленькие бутерброды. На каждый бутерброд положить кусочек очищенной рыбы и покрыть рыбу майонезом. Украсить укропом или помидором.

С балыком или лососиной. Подсушенный белый хлеб намазать майонезом, сверху положить листик салата, немного больший, чем бутерброд, и на него — тонкий волнистый или свернутый в трубочку кусочек балыка или лососины. Украсить зеленью.

Бутерброды-башни и бутерброды-пирамиды. Такие бутерброды украсят любой стол. А приготовить их совсем несложно. Уложить друг на друга и скрепить палочкой бутерброды одного или различных видов. Сделать 3—4 вида бутербродов средней величины и маленьких.

Продукты для них следует подбирать посуше, чтобы один бутерброд не испортил вкуса другого. На кильку, селедку и другие подобные продукты нужно

обязательно положить кружочек яйца или лист зеленого салата, чтобы хлеб, уложенный сверху, не промок и не приобрел неприятного привкуса.

Бутерброды могут быть как одинаковых, так и различных размеров и формы. Бутерброды одной формы, постепенно уменьшаясь, образуют бутерброд-пирамиду. Скрепляют их пластмассовыми палочками с зубцами. Верхний конец палочки можно украсить фруктами и ягодами.

Есть начинают с верхнего, а если палочка украшена — с нижнего бутерброда. Одной рукой придерживают палочку, другой сталкивают нижний бутерброд на тарелку и сдвигают оставшиеся бутерброды вниз, чтобы «башня» была устойчивой. Бутерброд едят, держа его в руках.

Бутерброд-башня с сельдью, жареным мясом, сыром и салатом. Ломоть черного хлеба намазать хренным маслом, сверху положить полоски филе сельди и кружочки крутого яйца.

Второй ломоть черного хлеба намазать маслом, сверху положить тонкие ломтики жареного (запеченного) мяса, кружочки огурца и маленький маринованный или соленый грибок, зелень петрушки.

Один кусок белого хлеба намазать толстым слоем сыра «Янтарь» или положить толстый ломтик сыра на хлеб, намазанный маслом.

На другой кусок белого хлеба положить горку салата из риса и яблок и сверху — кусочек рыбы или немного мяса криля.

Все бутерброды должны быть одинаковой формы и размера. Верхний бутерброд украсить, промежуточные отделить друг от друга листьями салата.

Маленький бутерброд-пирамида. Круглый кусок белого или черного хлеба намазать яичным или зеленым маслом, сверху положить ломтик ветчины, помидора потолще, кусочек сыра и редиску так, чтобы бутерброд сужался кверху. Украсить веточкой зелени. Продукты скрепить палочкой.

Бутерброд-пирамида с ветчиной, колбасой и яйцом. Различные по величине куски хлеба намазать зеленым, горчичным или хренным маслом. На самый большой положить ломтик ветчины из помидора, покрыть листом салата, на средний — колбасу и кружочек неочищенного огурца, на самый маленький — кружочек яйца и целую сливу (чернослив) или разре-

занный в форме цветка редис. Украсить листиком петрушки. Чтобы приготовить четырехслойный бутерброд, продукты следует повторить или использовать жареное мясо (рыбу). Уложенные друг на друга пирамидой бутерброды скрепить палочкой.

Многослойные бутерброды. При изготовлении многослойных бутербродов необходимо, чтобы все слои хлеба и начинки плотно прилегали друг к другу — так их будет легко разрезать на маленькие.

Ломоть хлеба должен быть намазан маслом с обеих сторон. Делается это так: большой ломоть белого или черного хлеба толщиной до 1 см (без корки) намазать маслом, сверху положить какой-либо продукт и покрыть вторым большим ломтем хлеба, маслом вниз. Ненамазанную сторону этого ломтя покрыть толстым слоем масла, сверху — опять каким-либо продуктом, на который положить следующий ломоть. Таким образом уложить друг на друга желаемое количество слоев (3—7). Наружную сторону верхнего ломтя маслом не покрывать.

Сложенный многослойный бутерброд поместить между двумя разделочными досками, сверху положить не очень тяжелый предмет и подержать на холоде, чтобы масло затвердело. Благодаря этому бутерброды не развалятся при разрезании. Нарезанный многослойный бутерброд нужно подержать на холоде 3—4 ч, еще лучше — с вечера до утра.

Слоеные бутерброды вкусны, если слои хлеба тонкие, а начинка сочная и обильная. Аппетитно выглядят бутерброды, сделанные из разных сортов хлеба (белый, черный, нарочанский, минский) и с разнообразными начинками.

Начинки должны сочетаться по вкусу. Не следует класть на один и тот же бутерброд мясные продукты и соленую рыбу, мясо с рыбной икрой и т. д.

Для начинок многослойных бутербродов можно использовать продукты, нарезанные ломтями, или масла, изготовленные из размельченных продуктов. При использовании разрезанных на ломти продуктов хлеб нужно покрывать более толстым слоем масла.

Хорошо сочетаются сыр, вареный язык, куриная ветчина, запеченная свинина, ломтики крутого яйца, зеленый салат.

Для приготовления многослойных бутербродов не-

пригодны салаты и смеси, в которых продукты нарезаны мелкими кусочками.

Многослойные бутерброды после того, как они постояли на холоде, можно разрезать на прямоугольные, квадратные или треугольные куски. Если многослойные бутерброды получились очень толстые, их разрезают острым ножом на тоненькие полосатые ломтики. Они хороши к чаю, кофе, коктейлям: Едят их руками. Если куски большие, с обильной начинкой, пользуются ножом и вилкой.

Из белого хлеба и сыра. Тонкий ломоть хлеба (без корки) намазать маслом и поверх него положить толстый слой светлого плавленого сыра или сырного масла. Покрыть намазанным маслом ломтем хлеба такой же величины, слегка придавить. Верхнюю поверхность намазать маслом и томатным плавленым сыром. Затем уложить следующий предварительно намазанный с одной стороны маслом ломоть и покрыть его верхнюю сторону маслом и светлым сыром. Сверху уложить четвертый ломоть хлеба маслом вниз, после чего придавить легкой доской и поставить в холодное место. Посередине разрезанного бутерброда будет проходить розовая полоска.

С зеленым маслом и мясным паштетом. Большие тонкие ломти ржаного хлеба (без корочки) покрыть толстым слоем зеленого масла. На один ломоть намазать мясной паштет или уложить равномерным слоем тонкие ломтики ветчины. Другой ломоть хлеба положить сверху, маслом вниз. Намазать его верхнюю сторону зеленым маслом и мясным паштетом. Таким образом уложить 5 ломтей хлеба. Верхний ломоть слегка придавить и поставить на несколько часов на холод. Перед подачей на стол разрезать поперек на тонкие ломтики.

С сельдью и яичным маслом. Для приготовления этого бутерброда требуется 3 ломтя ржаного хлеба, 2 ломтя минского хлеба, 200 г масла, горчица, 200 г сельди, 3 яйца, соль, перец, зеленый лук, укроп или петрушка.

Тонкие ломти хлеба (без корки) обильно намазать маслом. Часть масла смешать с рублеными яйцами и заправить. На два ломтя ржаного хлеба (верхний и нижний) положить тоненькие широкие кусочки сельди или селедочное масло. Покрыть их двумя ломтями минского хлеба, намазанными снизу яич-

ным маслом. Затем положить третий ломоть ржаного хлеба, верхнюю сторону которого покрыть толстым слоем масла, и оставшиеся ломти. Получится пятислойный бутерброд с темными крайними и средним слоями и светлыми промежуточными. Посыпать зеленью сельдь и яичное масло. Слегка придавить сверху. Подержав несколько часов на холоде, разрезать на тонкие полосатые ломтики.

Горячие бутерброды. Их подают на стол как самостоятельное блюдо, как закуску, а также к бульонам, пюре и молочным супам. Едят горячими или остывшими.

Готовить горячие бутерброды можно двумя способами: 1) на противне ставят на несколько минут в горячую духовку (275—300 °С) и сразу же подают на стол; 2) ломти хлеба обжаривают на сковороде с обеих сторон до светло-коричневого цвета, кладут на блюдо или большую плоскую тарелку и покрывают отдельно подогретыми продуктами; на стол подают в горячем виде.

К бульонам и супам-пюре подают маленькие приготовленные первым способом бутерброды. Покрывают подходящими к супу по вкусу продуктами, чаще — сыром.

В качестве закуски и к молочным супам хороши большие бутерброды, нарезанные вдоль буханки хлеба, так же в горячем виде. Покрывают самыми разнообразными продуктами: свежей и соленой рыбой, свежим и копченым мясом, овощами, грибами.

Остывшие маленькие бутерброды едят руками, в таком случае необходимы бумажные салфетки.

Горячие и большие по размерам бутерброды едят вилкой и ножом.

Горячие сырные бутерброды. Ломти белого хлеба намазать маслом или сметаной, сверху положить ломтик сыра или толстый слой тертого сыра. Запекать в духовке до тех пор, пока сыр не пожелтеет и слегка не расплавится. Не давать сыру стать коричневым, так как он приобретет неприятный привкус. Неострый сыр можно посыпать красным перцем.

Горячие сырные бутерброды с ветчиной. Ломти белого или черного хлеба намазать тонким слоем масла или сливочного маргарина, сверху положить

тонкие ломти жирной ветчины, посыпать перцем и покрыть сыром — ломтиком или тертым. Запекать в горячей духовке до тех пор, пока ветчина и сыр немного не расплавятся, а у хлеба не появится хрустящая корочка. Ветчину для бутербродов можно мелко нарезать и перемешать с тертым сыром — это придаст иной вкус.

Горячие бутерброды с луком и сыром. Ломти белого или черного хлеба намазать толстым слоем масла, покрыть мелко нарубленным луком и толстым ломтем сыра. Запекать в горячей духовке до тех пор, пока сыр не размягчится и не пожелтеет.

С килькой. Ломти белого или черного хлеба намазать маслом, положить филе кильки, ломтик помидора или комочки лука. Запекать в горячей духовке до тех пор, пока килька не станет мягкой, а хлеб хрустящим.

С рублеными котлетами. Ломти черного хлеба намазать тонким слоем масла. На середину бутерброда положить ломтик помидора или горку пассерованного в жире репчатого лука, затем — половину котлеты, разрезанной вдоль, сверху — тонкий ломтик сыра. Запекать в горячей духовке до тех пор, пока сыр слегка не подрумянится.

С сосисками. Ломти черного хлеба намазать горчичным маслом. Сосиски очистить от оболочки и разрезать вдоль пополам. На каждый ломоть хлеба положить половину сосиски, срезом вниз. Смазать горчицей, покрыть ломтиком сыра. Запекать в горячей духовке, пока сыр не станет плавиться и слегка не подрумянится.

С рыбными консервами. Ломти белого хлеба или батона намазать маслом, покрыть размятыми вилкой рыбными консервами (1 банка). Если консервы очень сочные, использовать только часть соуса. Маринованный огурец мелко порубить ножом и положить на рыбу, сверху — ломтик сыра. Запекать в горячей духовке до тех пор, пока сыр немного не зарумянится.

С сардинами (шпротами) и сыром. Ломти белого или черного хлеба слегка намазать сливочным маргарином или пропитать маслом от консервов. Сыр натереть, часть посыпать на хлеб. На каждый ломоть положить целую сардину или 2—3 шпротины. Рыбу сбрызнуть лимонным соком и густо посыпать тертым

сыром. Запекать в духовке до тех пор, пока сыр не начнет плавиться.

Горячие творожные бутерброды. Ломти белого хлеба слегка намазать маргарином, творог перемешать с сырым взбитым яйцом, посолить, посыпать тмином. Смесь положить толстым слоем на хлеб, сверху посыпать тмином. Запекать в горячей духовке до тех пор, пока бутерброды не подрумянятся.

Сладкие бутерброды. Они хороши к чаю, к кофе, какао, горячему молоку. Для приготовления сладких бутербродов используют все сорта хлеба, а также не очень сладкое и не слишком жирное печенье, кекс и бисквит. Если печенье сухое, на него кладут более мягкие и сочные продукты. Такие бутерброды следует готовить за несколько часов до подачи на стол, чтобы печенье успело пропитаться соком продуктов.

С творогом и орехами. Печенье покрыть толстым слоем творога (не приглаживать!) и посыпать сверху толчеными орехами. Ядра грецких орехов можно класть целиком, а из фундука выложить какой-либо узор, фигурку.

С творогом и вареньем. Творог положить на печенье, посередине ложечкой сделать углубление и заполнить его вишневым или клубничным вареньем с ягодами. Джем можно положить горкой на творог.

С медом и орехами. Такие бутерброды можно приготовить двумя способами:

1-й способ: сливочное масло растереть, добавить мед и часть орехов, предварительно измельчив их. Смесь нанести на печенье или ломтики подсушенного белого хлеба. Сверху украсить целыми орешками.

2-й способ: печенье или подсушенный белый хлеб смазать маслом, сверху положить слой засахарившегося меда (жидкий мед растечется) и украсить ядрами орехов.

Бутерброды Софи Лорен. Ваши гости будут приятно удивлены, если вы предложите им бутерброды, придуманные Софи Лорен, из ее книги «Приглашение к столу». Они отличаются простотой приготовления и, поверьте, отменным вкусом. Вот несколько рецептов.

Неаполитанские бутерброды. Белый хлеб нарезать

квадратами на 8—10 см. На каждый кусочек положить ломтик мягкого сыра или рыбы (что вам больше по вкусу) и два-три тоненьких кружочка помидоров. Поперчить, посолить. Выложить на подогретый, смазанный маслом противень и поставить в духовку минут на десять.

Бутерброды с курицей. На слегка поджаренный хлеб положить нарезанный помидор, кусочки огурцов, ломтики курицы, ветчины или мяса, немного лука и вареные яйца. Уложить все аккуратно на блюдо, слегка смазать майонезом и украсить зеленью.

Бутерброды с сардинами и солеными огурцами. Приготовить следующую смесь: для одного бутерброда две сардины или шпротины, немного масла и слабой горчицы, желток сваренного яйца, майонез, перец и соль. Этой тщательно взбитой смесью (пастой) намазать бутерброды. Сверху покрыть тонко нарезанными ломтиками огурцов.

Бутерброды с курицей и салатом. Остатки вареной или жареной курицы (или мясо от супа) нарезать тонкими ломтиками. Смазать небольшие ломтики хлеба тонким слоем майонеза, сверху положить листик салата, на него — мясо или курицу. Бутерброды слегка подсолить и поперчить.

Бутербродные масляные смеси

Зеленое масло. 100 г масла (маргарина), 50 г рубленой зелени (укропа, петрушки, зеленого лука), соль, лимонный сок или лимонная кислота.

Тщательно вымытую холодной водой зелень обварить кипятком, быстро остудить, подсушить полотенцем, мелко изрубить, смешать с маслом, посолить, сбрызнуть лимонным соком.

Селедочное масло с сыром. 100 г масла (маргарина), 30 г филе сельди, 25 г тертого сыра.

Килечное масло. 100 г масла (маргарина), 5—6 килек, лимонный сок или лимонная кислота.

Кильки очистить от костей, филе протереть через сито, соединить с размягченным маслом, заправить.

Яичное масло. 100 г масла (маргарина), 1 сваренное вкрутую яйцо, 1 чайная ложка рубленого зеленого лука или укропа, соль, молотый красный перец или горчица, хрен.

Размягченное масло взбить вместе с измельчен-

ным желтком, добавить мелко нарубленный белок и рубленую зелень, посолить. Для получения более острого вкуса добавить перец, горчицу или тертый хрен.

Горчичное масло. 100 г масла (маргарина), горчица, соль.

Взбитое масло заправить столовой горчицей и солью.

Хренное масло. 100 г масла (маргарина), 20 г (1 столовая ложка) хрена, соль.

Взбитое масло заправить тертым хреном и солью.

Ветчинное масло. 100 г масла (маргарина), 40 г нежирной ветчины, горчица (сметана).

Масло взбить, добавить пропущенную через мясорубку ветчину, заправить по вкусу; чтобы масса была более воздушной, можно добавить сметану.

Шпротное масло. 100 г масла (маргарина), 10—12 шпрот или сардин, соль.

Масло взбить, добавить размельченные вилкой шпроты или сардины, хорошенько перемешать, заправить солью.

О культуре общения

С чего начинается вежливость. Вежливое, уважительное отношение к людям, как норма поведения, безусловно, рождается в семье. Все начинается с детства. Двух-, трехлетними детьми мы узнаем слова «спасибо», «пожалуйста», «будь добр», «извини» и берем их с собой в дорогу жизни. Эти слова облагораживают человеческие отношения, делают людей добрее. Разве человек, произносящий слово «спасибо», не испытывает истинного чувства благодарности, а тот, кто отвечает «пожалуйста», не ощущает искренней признательности за благодарность? А без этих слов как поведать другим о своих чувствах, как догадаются другие, что у вас в душе? Поэтому очень важно, чтобы и чувства человеческие, и связанные с ними слова вошли в привычку, стали естественной необходимостью, как, скажем, умывание и чистка зубов по утрам.

Ведь понятия «слова» и «чувства» неразделимы. Слово неизбежно рождает чувство. А появившееся чувство требует своего выражения словами. И в итоге

из суммы слов, рожденных чувствами, возникает тон взаимного уважения как в семье, так и за ее пределами.

Уважительное, предупредительное отношение к людям, вежливость и воспитанность, конечно же, далеко не исчерпываются тем, что люди — родные между собой или малознакомые — говорят друг другу «извините», «спасибо» и «пожалуйста». Но именно с этих слов начинаются и уважение, и вежливость, и воспитанность.

Как принято знакомиться. В нашей жизни ежедневно и ежечасно происходят новые встречи; люди завязывают знакомства в разных условиях, при самых различных, порой неожиданных обстоятельствах.

Правилами хорошего тона предусматривается соблюдение определенной формы знакомства, которую воспитанный человек непременно должен соблюдать.

Особенно часто трудности знакомства возникают в тех случаях, когда вы позже других приходите на торжество. Как и кому представиться, если среди множества гостей вы видите знакомых и незнакомых людей. Подойдите и поздоровайтесь с хозяевами, а остальным вежливо кивните. Не здоровайтесь в первую очередь со знакомыми, оставляя без внимания тех, кого увидели впервые. Подождите, пока хозяева познакомят вас со всеми. Если приходят супруги, жена должна представлять мужа, а не наоборот. Она также первой здоровается с хозяевами.

Основное правило — не быть навязчивым; надо, чтобы знакомство не было стеснительным для другой стороны и являлось как бы естественной потребностью, одинаково желаемой для обеих сторон.

Вступать в разговор с незнакомой женщиной в ресторане, на улице, в парке с целью завязать знакомство бестактно. Навязчивостью никогда нельзя вызвать расположение к себе. Это замечание целиком относится к мужчинам, так как женщина в редких случаях проявляет инициативу в новом знакомстве.

Наиболее приемлемой формой считается знакомство через третье лицо, когда людей представляют друг другу, говоря при этом: «Позвольте вас познакомить», и называют имя и отчество или фамилию представляемого. При этом соблюдаются следующие

правила: младшего представляют старшему, мужчину — женщине.

Если нужно познакомить ровесников или людей, равных по положению, лучше представить первым более близкого себе человека, например сестру — своей знакомой.

Жену, мужа, сына, дочь представляют словами: «Моя жена», «Моя дочь». Знакомство с матерью и отцом — исключение из этого правила: всех знакомых представляют родителям, а не наоборот.

Весьма кстати, представляя своих знакомых, добавить, например, такое уточнение: «Мой друг Иванов — хирург, а это Петров — мой институтский товарищ».

Если к уже собравшемуся обществу присоединяется новый человек, нужно громко произнести его фамилию, а остальные, подавая ему руку, сами называют свою.

Когда представляют мужчину — он встает. Женщина делает это лишь в случае, если ее знакомят с женщиной много старше или с мужчиной почтенного возраста.

Девушки до 18 лет, знакомясь со взрослыми, всегда встают.

Здороваться должен младший со старшим, мужчина с женщиной, однако руку первым подает старший младшему, женщина — мужчине. Последнее правило надо воспринимать не как обязанность, а как исключительное право женщины по отношению к мужчине и старшего по возрасту по отношению к младшему.

Мужчина имеет право первым подать руку женщине, если он значительно старше ее по возрасту.

При знакомстве не следует жать руку до хруста в суставах.

Умеренно пожав руку, надо слегка поклониться. Женщина может подавать руку в перчатке, это ее право.

Целовать руку женщине при первом знакомстве, а также на улице не рекомендуется. Целовать руку девушке вообще не принято.

О подарках. В день рождения, на свадьбу, новоселье и в некоторых других случаях принято преподносить подарки. Подарок — высший знак внимания

и теплого отношения к человеку. Правда, некоторые относятся к этому, как к простой формальности, чтобы не прослыть невежливыми, или, более того, воспринимают это как стеснительную обязанность в связи с существующим обычаем.

В зависимости от случая, по которому делается подарок, он может иметь ту или иную особенность или смысл.

В день рождения уместны самые разнообразные подарки. Что именно — об этом лучше подумать заранее. Нужно быть внимательным и вы наверняка узнаете, что может особенно порадовать того, кому вы хотите сделать сюрприз.

Во всех случаях самый лучший и всегда желанный подарок — цветы: ярко-красные розы принято дарить матери, жене, сестре, невесте. Считается, что красный цвет — цвет любви.

К свадьбе и на новоселье принято дарить какие-либо хозяйственные вещи — предметы домашней обстановки или утвари. Жених может сделать невесте дорогой подарок.

В день 8 Марта муж делает подарок жене по ее желанию, знакомые и друзья дарят цветы.

Если вам преподнесли конфеты, торт или другое лакомство, не забудьте угостить присутствующих.

Мужчина женщине или юноша девушке ни в коем случае не должен дарить предметы интимного туалета или одежду, обувь. Это бестактно.

Никогда не следует делать подарки анонимно. Это вызывает чувство недоумения и неловкости. Исключение составляют только цветы, которые преподносят обычно женщинам по разным случаям. Женщины, безусловно, не погрешат против правил хорошего тона, приняв этот добрый знак внимания.

Преподносить подарки и принимать их желательно с соблюдением некоторых правил. Например, не упаковывать подарок в газету. Вручая букет цветов, надо освободить его от бумажной обертки. Особенно приятны подарки со значением или, как говорят, с «изюминкой». Какой смысл вложите вы в подарок — это уж дело вашей изобретательности, чувства юмора.

Принимая подарок, не откладывайте его с равнодушным видом в сторону: разверните, похвалите и поблагодарите того, кто вам его преподнес.



ОБОРУДУЕМ КУХНЮ

Кухня — пожалуй, самое оживленное место в доме. Здесь готовят еду, здесь собирается семья после трудового дня за чашкой чая, поговорить, обменяться новостями.

И уж конечно, именно на кухне большую часть времени проводит женщина — хранительница домашнего очага. Как свидетельствуют исследования, проведенные в нашей стране и за рубежом, она отдает кухне больше половины своего домашнего времени.

Не секрет, что даже у опытной хозяйки на приготовление обеда уходит немало времени, если рабочее место как следует не продумано. В нерационально оборудованной кухне ей приходится по многу раз ходить от плиты к мойке, рабочему столу, холодильнику, из-за чего и происходят неоправданные потери времени и, конечно же, быстрее наступает усталость. Подсчитано, что в такой кухне женщина за день совершает путь, равный 3—4 км, в то время как при рациональном оборудовании рабочего места, когда все необходимое под рукой, этот путь может быть сокращен почти вдвое.

Итак, какой же должна быть кухня? Прежде всего надо выбрать место для рабочего стола. Лучше всего его разместить между плитой и раковиной. Хорошо если он покрыт пластиком или клеенкой — так его легче содержать в чистоте.

Большинство хозяек, как правило, все работы выполняет стоя, а ведь гораздо удобнее, скажем, чистить и нарезать овощи, лепить пельмени, разделывать фарш и т. д. сидя. Для этого незаменим высокий

табурет. Если его нет, достаточно к ножкам обычной табуретки прибить бруски и смастерить подставку для ног.

Что касается шкафов для хранения разнообразной кухонной утвари, здесь все зависит от размеров кухни и потребностей семьи. Наиболее удобны для этой цели навесные полки и шкафчики — они позволяют высвободить место для холодильника и обеденного стола.

В современных квартирах кухня одновременно служит и столовой. В данном случае обеденный стол и стулья располагают в стороне от кухонного оборудования. Если кухня небольшая, лучше устроить откидной или раздвижной столик. Зачастую обеденный стол приходится использовать для различных домашних работ — шитья, глаженья белья, поэтому желательно поставить его поближе к окну.

В кухне должно быть чисто и светло. Стены лучше всего окрашивать такими красками, чтобы их можно было легко мыть, или оклеивать моющимися обоями, облицевав стену возле мойки и плиты кафелем. Большое значение имеет для кухни хорошая вентиляция. Здесь просто-напросто не обойтись без электрофильтра (воздухоочистителя), который подвешивают над плитой. Кухню следует почаще проветривать, особенно во время приготовления пищи; тогда, кстати, надо обязательно закрывать дверь, чтобы запахи не распространялись по квартире.

Старайтесь не заставлять посудой и прочей утварью подоконник — это придает кухне неопрятный вид. На окне хорошо смотрится легкая ситцевая занавеска в некрупную клетку, горошек, полоску, к тому же она легко стирается. Если на ней сделать небольшие оборки, в кухне станет наряднее.

Не стоит перегружать кухню различными безделушками. Это ведь только работы прибавит — их надо периодически стирать, перетирать, удалять с них пыль. Самовар на ярком расписном подносе, разделочные доски, украшенные колоритным национальным рисунком, яркие прихватки в виде разноцветных квадратиков и варежек, одна-две декоративные тарелки на стене — этого вполне достаточно. Кроме того, на кухне нужны часы и радио.

Особое внимание следует уделить искусственному освещению. Ведь недостаток света отрицательно ска-

зывается на работоспособности хозяйки, утомляет и портит зрение. Для общего освещения используют потолочные лампы, но целесообразно установить (и включать, разумеется, лишь по мере надобности) дополнительные настенные светильники — около мойки, над плитой, над обеденным столом; над рабочим столом уместны люминесцентные светильники.

Безусловно, оборудование кухни зависит от личного вкуса хозяев, их жизненного распорядка, состава семьи. Но воспользовавшись даже этими немногими советами, вы, наверное, сможете сделать вашу кухню не только удобной для работы, но и уютным место для семейного обеда, вечернего чаепития и т. д.

Друг семьи — холодильник

Современная кухня немыслима без холодильника. А ведь на памяти всего лишь одного поколения холодильник из предмета едва ли не роскоши превратился в вещь обыденную, доступную всем. Сегодня холодильники есть практически в каждом доме. А промышленность выпускает все более совершенные модели: они вместительнее, у них морозильные камеры большего объема, предусмотрено автоматическое оттаивание. Тем не менее во многих семьях исправно служат аппараты, которым за двадцать лет. И дело не только в том, что на совесть сработали те, кто эти холодильники делал. Очевидно, бережно относятся к этим незаменимым бытовым приборам и те, кто ими пользуется.

Действительно, долговечность холодильника зависит от правильной эксплуатации его. Вот несколько условий надежной работы холодильного агрегата.

Большое значение имеет выбор места установки холодильника. Лучше всего его расположить в теневом, неотапливаемом углу кухни, подальше от батарей центрального отопления, плиты и раковины. Не стремитесь к плотному прилеганию к кухонной стене задней стенки холодильника (где находится конденсатор), оставьте там лишних 2—3 см.

Периодически, не реже одного раза в год, пылесосом или влажной тряпкой надо очищать конденсатор от пыли, скапливание которой ухудшает теплообмен

конденсатора, а значит, приводит к увеличению потребления электроэнергии.

Обеспечьте надежный контакт между вилкой холодильника и штепсельной розеткой сети. Не допускайте частых отключений вилки (например, для пользования утюгом, тостером и т. п.). На кухне нужны как минимум две розетки, одна из которых предназначается только для включения холодильника.

Одним из факторов, определяющих длительность работы холодильника в цикле, а следовательно, и энергопотребление, является положение ручки терморегулятора. Чем больше угол установки ручки от положения «мин», тем ниже температура в холодильнике, но и тем выше энергопотребление.

Образование на поверхности испарителя снежного покрова неизбежно. Оно происходит в результате намерзания влаги, испаряющейся из продуктов, а также из влажного воздуха, поступающего при открывании двери холодильника. Поэтому необходимо надежно, тщательно упаковывать продукты, закладываемые в холодильник, как можно реже открывать его дверь и не оставлять ее открытой на долгое время.

Холодильник должен быть постоянно заполнен продуктами. Охлажденные продукты служат своего рода аккумулятором холода, и для работы агрегата расходуется гораздо меньше электроэнергии.

Продукты на полках следует раскладывать без нагромождения, чтобы обеспечить циркуляцию воздуха в камере.

Летом, чтобы в холодильник проникало меньше тепла, неплохо сделать полиэтиленовые шторки и прикрепить их к каждой полочке. Если вам кажется, что дверь прилегает неплотно, проверьте герметичность холодильника — поместите в него включенный фонарик (в помещении в это время должно быть темно) и смотрите, не пробивается ли изнутри свет. Для уплотнения двери закрепите под резинкой тонкую поролоновую прокладку.

Испаритель хорошо застелить полиэтиленовой

пленкой — и дно, и стенки: это помешает быстро нарастать снеговой шубе, сбережет внутренние стенки испарителя от царапин, и продукты не примерзнут к нему.

Размораживать холодильник рекомендуется не реже одного раза в месяц. Отключите холодильник от сети, выгрузите продукты из морозильной камеры, поставьте под нее ванночку, а на дно холодильника положите полотенце — оно будет впитывать стекающую вниз воду.

Ускорить оттаивание шубы в испарителе можно, поставив в него кастрюлю с горячей водой.

Нельзя очищать испаритель от снега ножом или другими твердыми и острыми предметами. Одно неверное движение — и испаритель, а с ним и агрегат выйдут из строя.

После оттаивания и удаления снега, льда и талой воды холодильник необходимо помыть. Стенки внутренней камеры моют теплым содовым раствором. А вот алюминиевому испарителю сода противопоказана. Его, как и другие детали из алюминия, промывают теплой водой и вытирают насухо. Секции, расположенные на внутренней стороне двери, также следует тщательно промыть и насухо вытереть.

Чистый холодильник включите в сеть при минимальном повороте терморегулятора. Продукты загружайте после выхода холодильника на циклический режим.

Правильно храните продукты в холодильнике. Размещая продукты в холодильнике, надо в первую очередь заботиться о предохранении их от случайного загрязнения микроорганизмами, источниками которого могут служить наружная часть бутылки, пакета и другой упаковки, немытые фрукты и овощи, яичная скорлупа.

Каждый продукт в охлажденном состоянии храните в определенном месте камеры, где температурный режим для него наилучший.

Все продукты должны храниться в закрытом или упакованном виде, в полиэтиленовых мешочках. Полимерная пленка, из которой они сделаны, прочна, эластична, водостойка и паронепроницаема. Благодаря устойчивости к действию низких температур она

пригодна для упаковки и хранения в холодильнике мороженых продуктов — мяса, рыбы, птицы, овощей и фруктов. Срок хранения замороженных мяса и птицы — 1 месяц, рыбы — 2 недели, овощей и фруктов — 3...4 месяца.

Пленка не поддается действию растворов солей и кислот, поэтому в ней разрешается хранить соленья и продукты пряного посола; держать их в такой упаковке в холодильнике следует не больше недели.

Перед тем как поместить овощи в холодильник, их надо хорошо вымыть и обсушить. Затем уложить в закрывающуюся посуду или в полиэтиленовые пакеты. Обработанные таким образом овощи сохранят свежесть и питательные свойства в течение нескольких дней. Зеленый лук, салат, петрушку, укроп надо вымыть и подсушить, а потом уж положить в полиэтиленовый мешочек или в сухую стеклянную банку. На нижней полке холодильника они останутся свежими в течение 3—4 дней. Морковь, тоже предварительно вымытая и высушенная, хранится еще дольше (3—4 недели), но при этом необходимо периодически удалять влагу из мешочков и проветривать их.

Не рекомендуется заворачивать в полиэтилен дыню, лимоны, апельсины, груши, персики, ягоды, так как из-за повышенной влажности они быстро плесневеют и портятся.

Полиэтиленовую пленку не следует использовать также для упаковки жирных продуктов, сливочного и топленого масла, сала, колбасных изделий, ветчины, рыбы горячего копчения. Для этой цели лучше брать пергамент, целлофан, фольгу.

А вот хранить сыр в полиэтиленовом мешочке в холодильнике удобно, он предохраняет продукт от высыхания. Чтобы сыр не потерял аромат, заверните его предварительно в пергаментную бумагу, а полиэтиленовый мешочек время от времени просушивайте.

Творог, купленный в полиэтиленовой упаковке, переложите в стеклянную или эмалированную посуду. Пленка предназначена лишь для разовой упаковки молока и молочных продуктов.

После употребления пакеты хорошо промойте теплой водой, можно с мылом, затем ополосните и высушите. Не рекомендуется мыть их горячей водой и держать на свету.

Мясо в холодильнике следует хранить в фаянсовой, эмалированной посуде, закрытой крышкой. Свежее молоко, соки и другие напитки ставят в холодильник в плотно закупоренных сосудах.

В последнее время для упаковки стали применять термоусадочные жиростойкие пленки. Нарезанные ломтиками сыр, колбаса, ветчина и штучные мороженые продукты (тушки птицы, рыбы) упаковываются в пленку под вакуумом или в среде инертного газа и потому сохраняются дольше.

Допустимые сроки хранения продуктов в холодильнике. Мясной и рыбный фарш можно оставлять в холодильнике не более чем на 6 ч, котлеты жареные — до 24 ч. Мясные порционные полуфабрикаты (антрекоты, бифштексы, филе) хранят 36 ч, если же куски запанированы сухарями или мукой — не более 24 ч. Срок хранения студня, заливной рыбы и мяса — до 12 ч, жареной рыбы — 36 ч.

Рубленую сельдь, паштет из печени, салат, винегрет (в незаправленном виде) держат в холодильнике не более 12 ч, торты, пирожные с кремом — 36 ч, бутылочное молоко, кефир, ацидофилин — 24 ч.

Сосиски, сардельки, вареную колбасу можно держать в холодильнике 2 суток, а ливерную — не более 12 ч после покупки, творожную массу и сырки — 36 ч.

Рыбные консервы после вскрытия банки надо обязательно переложить в стеклянную или фарфоровую посуду, плотно закрыть крышкой и хранить не более 6 ч.

Яйца в холодильнике можно хранить не более двух недель. Но если завернуть каждое яйцо в бумагу и раз в неделю переворачивать на другой бок, они сохранятся значительно дольше.

Твердый сыр в домашних условиях можно хранить не более 10 дней, мягкий — 2...3 дня.

◇ Если в холодильнике появился запах, разложите на его полках корочки сухого ржаного хлеба, не открывайте холодильник несколько часов — и запах исчезнет. Можно воспользоваться также специальными препаратами «Рута» и «Свежесть».

◇ Чем ниже температура в какой-либо зоне холодильника, тем больше она способствует высыханию

продуктов. Поэтому не храните их в открытом виде, тщательно и плотно упаковывайте и закрывайте.

◇ Чтобы уберечь продукты от посторонних запахов и от окисления при контакте с кислородом окружающего воздуха, храните их в закрытых емкостях, в коробках или полиэтиленовых мешочках. Особенно тщательно упаковывайте сильно пахнущие и легко воспринимающие запахи продукты. Например, масло очень восприимчиво к запахам и подвержено окислению (желтеет без упаковки). Поместите его в плотно закрытую посуду. Хлеб, положенный в полиэтиленовый мешочек, сохранит в плюсовой зоне холодильника свежесть в течение нескольких дней. Сыр сильно подвержен высыханию, поэтому его кладите в посуду с плотно прилегающей крышкой либо заверните в фольгу или в полиэтиленовую пленку.

◇ Загружая в холодильник продукты с острым или неприятным запахом, дважды упакуйте их в полиэтиленовые пакеты, причем каждый пакет уплотните резинкой.

◇ Ни в коем случае не храните в холодильнике вещества, содержащие кислоты и щелочи,— они вызывают коррозию алюминиевого испарителя, а это приведет к утечке хладагента и выходу холодильника из строя.

◇ Никогда не ставьте неохлажденную, горячую пищу в холодильник, потому что это увеличивает тепловую нагрузку на испаритель и в результате нарушает тепловой режим в камере. Прежде чем помещать в холодильник, остудите продукты до комнатной температуры.

◇ Избегайте частого открывания двери холодильника, старайтесь как можно меньше держать ее открытой, чтобы сохранить «холод» в камере на заданном уровне.

◇ Если холодильник сильно шумит или вибрирует, проверьте: правильно ли он установлен — все ли четыре опоры касаются пола; ослаблены ли транспортные болты; не касаются ли трубки конденсатора холодильника какого-либо предмета; плотно ли прилегают полки к опорам.

◇ Если холодильник установлен с наклоном вперед, может произойти перекос двери, в результате чего ухудшится уплотнение между нею и шкафом, начнется подсос теплого воздуха в холодильник, что,

конечно, негативно скажется на работоспособности агрегата.

◇ Чтобы резиновая прокладка на двери холодильника не прилипала к шкафу, нужно смазать поверхность резины тонким слоем растительного масла.

◇ Выключая холодильник надолго, например, уезжая в отпуск или в длительную командировку, надо полностью освободить его от продуктов, разморозить, удалить образовавшуюся влагу и промыть внутренние поверхности мыльно-содовым раствором, после чего насухо протереть. На весь период своего отсутствия дверь холодильника оставьте приоткрытой, чтобы не появился неприятный запах. Не забудьте чем-нибудь подпереть ее, чтобы она не провисла. Перед включением холодильника опять промойте его теплой водой.

◇ Если холодильник в нескольких местах поцарапан, в домашних условиях не трудно восстановить белое покрытие. Для этого поцарапанную поверхность зачищают наждачной шкуркой, протирают бензином и, если нет оголенных до металла мест, на нее сразу наносят белую эмаль. Если кое-где проглядывает металл, эти места нужно вначале загрунтовать до образования ровного поля нитрошпаклевкой, дать ей просохнуть, зачистить шкуркой, протереть бензином и только после этого покрыть поверхность эмалью. И грунт, и эмаль наносят тонким слоем. Для окраски рекомендуется мягкая кисть. Эмали надо брать формальдегидные — «Грунт-223», «Белая эмаль-311» и нитроэмаль НЦ.

Трещины на внутренней панели двери холодильника заделывают клеем ПС (PS) для полистирола. На тонкие трещины наносят клей и затирают пальцем, а на толстые накладывают пропитанную клеем в 2—3 слоя заплатку из ткани, которую затем приглаживают и затирают.

◇ Восстановить первоначальный блеск поверхности холодильника можно, протерев ее бумагой, смоченной в составе из 50 г зубного порошка и 20—25 г нашатырного спирта.

Облегчат уход за холодильником порошок «Светлый» и препарат «Синильга», который чистит до блеска, устраняет запахи и дезинфицирует.

Газовая и электрическая плиты

Пользование газовой плитой. Желая экономно использовать газ, регулируйте высоту пламени так, чтобы оно не выходило за дно посуды.

При кипении жидкость не должна заливать конфорку: пламя погаснет и начнется утечка газа.

Конфорки необходимо регулярно очищать щеткой от налетов, образующихся при горении.

Содержать плиту в идеальной чистоте вам помогут специальные препараты «Средство для чистки газовых плит», «Агат», а также «Эмалевый блеск», «Гигиена», «Чистоль», аэрозоль «Парма».

Загрязненную плиту легко очистить пастой «Санита» или порошком «Блестин», если вместо тряпки взять мелкую наждачную шкурку. Царапин на эмали при такой чистке не будет, а процесс чистки идет гораздо быстрее.

Если газовая плита сильно загрязнена, смочите эти места водой, посыпьте стиральной содой (но не порошком) и оставьте на несколько часов — плиту легче будет отчистить.

Отмыть сильно загрязненную духовку нетрудно с помощью нашатырного спирта. Смочите им загрязненные места, закройте дверцу и оставьте на ночь. Утром грязь легко ототрется обычной мочалкой.

Чтобы стенки духовки в газовой плите не ржавели, нужно каждый раз после пользования натирать ее мелкой поваренной солью.

Металлические листы из духовки газовой плиты чистят увлажненной смесью какого-либо порошка (песок, тертый кирпич, препарат «Алмазит») с содой, моют щеткой, вытирают досуха и прогревают в духовке до полного удаления влаги. Протирать листы олифой нельзя.

Градусник в духовке заменит лист плотной белой бумаги. Включите духовку и подождите: когда лист пожелтеет, в духовке можно выпекать торты, печенье, когда почернеет — мясо.

Пользование электроплитой. Электрические плиты по сравнению с обычными газовыми имеют ряд преимуществ: исключается возможность отравления газом и опасность его взрыва при утечке; благодаря отсутствию открытого пламени уменьшается вероят-

ность возникновения пожара, исключается «выжигание» кислорода и загрязнение атмосферы кухни продуктами неполного сгорания газа; посуда для приготовления пищи не коптится.

Обследования гигиенистов показали, что в полностью электрифицированных квартирах люди болеют меньше, чем в квартирах с газовыми плитами.

Для приготовления пищи на электроплите рекомендуется пользоваться посудой с плоским и ровным дном, диаметр которого равен диаметру конфорки или чуть чуть больше. Применение посуды с выпуклым или вогнутым дном замедляет приготовление пищи, вызывает перегрев конфорок и повышает энергопотребление.

После закипания содержимого посуды дальнейшее приготовление пищи следует производить при средней или минимальной мощности, так как температура конфорки некоторое время остается достаточной для доведения блюда до готовности.

Нельзя охлаждать конфорку, устанавливая на нее посуду с холодной водой,— это приводит к трещинам в корпусе конфорки.

Поверхности конфорок следует периодически очищать от загрязнений. Перед этим электроплиту отключают от сети и дают ей остыть до комнатной температуры. Затем поверхности конфорок, а также и все наружные и внутренние эмалированные части плиты протирают тряпочкой, смоченной в содово-мыльном растворе (на 1 л воды — 10...15 г соды и столько же мыла), смывают чистой водой и вытирают насухо.

Чтобы сократить расход электроэнергии, используйте весь объем нагретой духовки. В ней можно одновременно готовить несколько блюд, расположив их на разных уровнях. На самый низ, ближе к задней стенке, ставят жаркое и все то, что тушится, на самый верх — блюда, которые надо быстро обжарить или запечь.

Духовку не надо долго нагревать. Изделия из теста ставьте сразу, как только включите ее: под воздействием горячего воздуха тесто подходит быстрее.

Необходимый набор кухонной посуды

Наверное, не одна хозяйка имела возможность убедиться: чем полнее набор посуды и чем он разнообразнее, тем легче работать на кухне, легче соблюдать требования гигиены, да и времени на приготовление еды уходит меньше. Всевозможные терки, ступки, взбивалки не только облегчают труд, но без них просто невозможно красиво оформить кушанье, придать ему привлекательный и аппетитный вид.

Для приготовления первых, вторых и третьих блюд нужны алюминиевые и эмалированные кастрюли разных размеров. В эмалированных кастрюлях хорошо варить борщи, щи, кисели, компоты. Но каша в такой посуде будет пригорать, поэтому для приготовления ее лучше воспользоваться алюминиевой кастрюлей. Она удобна также и для кипечения молока. Ничего другого в кастрюле, в которой вы кипятите молоко, варить не следует, так как оно легко вбирает различные запахи. Прежде чем налить в кастрюлю молоко, ее нужно ополоснуть холодной водой и не вытирать. Если молоко подгорело, его переливают в другую посуду, а в кастрюлю наливают воду, добавляют 1—2 столовые ложки пищевой соды и кипятят 2—3 мин, затем моют и хорошенько прополаскивают.

Сковороды. Их должно быть несколько. Обязательно нужна сковорода из чугуна или толстого алюминия, массивная, с удобной ручкой. Для приготовления яичницы хорошо иметь сковороду с толстым дном. Как правило, сковороды не моют. Жир и пригоревшие остатки пищи удаляют с теплой еще сковороды тампоном из промокашки, мягкой бумаги, предварительно посыпав дно солью.

Дуршлаг. Нужен для процеживания бульонов, соусов, промывки риса, макарон, овощей, плодов и т. д.

Сито (ситечко). Без большого сита обойтись никак нельзя. Его следует подбирать так, чтобы оно подходило по размерам хоть к одной из имеющихся кастрюль. Сетка должна быть прочной и густой, иначе невозможно будет протереть соус. Ситечко понадобится для процеживания чая, кофе и т. д.

В наборе кухонной утвари должны быть также *венчик* для взбивания крема, *шумовка* для снятия пены, толстая и обыкновенная *скалки, деревянные*

ложки разных размеров, *молоточек* для отбивания мяса.

Терки. Их лучше иметь две: универсальную, с помощью которой можно крупно или мелко натереть продукты, и пластмассовую для овощей и фруктов.

Доски для резания. Без них в хозяйстве не обойтись. На досках нарезают хлеб, овощи для салатов, мясо и рыбу, отбивают котлеты и бифштексы и т. п. Содержать их надо в идеальной чистоте. Сразу после употребления ополоснуть кипятком, а раз в неделю посыпать солью и протереть поролоновой губкой или поскоблить ножом, вымыть с мылом, горчицей или содой.

Необходимо иметь не менее трех досок: для резки продуктов, которые идут в пищу,— хлеба, вареного мяса, колбасы; для разделывания продуктов, требующих тепловой обработки, причем для мяса и рыбы отдельно.

Формы для торта и кекса (со снимающимся дном или раздвигающимися стенками) должны быть в доме, где любят печь.

Половники. Желательно иметь два (большой для разливания супов и поменьше — для компота, киселя).

Ножницы большие пригодятся для обрезания плавников у рыбы.

Набор ножей (предпочтительно из нержавеющей стали) — длинный в виде пилы — для хлеба; маленький — для резки овощей; гофрированный — для резки картофеля, моркови, свеклы; специальный нож для чистки картофеля; длинный тонкий нож для резки сыра, ветчины; нож с закругленным концом для намазывания масла, икры, паштета и т. д.; нож для фигурной нарезки овощей в виде штопора.

Кроме того, во время приготовления пищи понадобятся: *формочки* для теста (выемки), *цедилка* для процеживания бульона, *воронки* разных размеров, топорик для разрубания костей, *корытце* и *секач* для рубки овощей, *деревянный пестик* (толкуша), *таз* для варки варенья.

Алюминиевый чайник. Неоспоримое преимущество его над эмалированным в том, что он не обивается, а если содержать его в чистоте и время от времени

чистить порошком или пастой для посуды, всегда будет выглядеть как новенький. А вот кофейник лучше иметь эмалированный.

Фарфоровый или *фаянсовый чайник* для заварки обязателен в каждом доме.

Гусятница и *утятница* (чугунные или эмалированные) с толстыми стенками для обжаривания и тушения птицы, овощей.

Весы и *часы* также необходимы каждой хозяйке.

Ну, и конечно, обязательно нужны *поролоновые губки* и *щеточки*. Они долговечны, удобны в употреблении (особенно цветные) и гигиеничны.

Посудные полотенца лучше всего льняные.

Чтобы посуда блестела...

Чтобы кухонная посуда дольше служила, надо правильно ухаживать за нею. Новую эмалированную кастрюлю (или чайник) следует обязательно закалить. Для этого в нее наливают до краев подсоленную воду (на 1 л — 5 чайных ложек соли), доводят до кипения и дают ей остыть. Затем хорошо промывают теплой водой с мылом. Вообще же старайтесь не наливать холодную воду в горячую эмалированную кастрюлю и, наоборот, горячую воду — в холодную посуду.

Стеклянную посуду тоже закаливают. Делают это так. Стаканы, чашки укладывают в кастрюлю с водой, проложив между ними бумагу, и ставят на огонь. Когда вода закипит, кастрюлю снимают. Но посуду не вынимают до тех пор, пока вода совсем не остынет.

За новыми сковородками требуется особый уход. Чтобы сковорода дольше служила и пища в ней не пригорала, ее надо прокалить. Для этого в сковороду насыпают немного соли и ставят на сильный огонь. Когда соль начнет потрескивать, снимают сковороду и хорошо протирают ее суконной или шерстяной тряпочкой. Затем наливают немного растительного масла и опять прокаливают, а когда остынет, протирают чистой белой бумагой.

Посуду надо мыть сразу же после использования — возьмите это себе за правило и приучайте к этому детей. Кастрюли, оставленные немытыми, окисляются и быстро темнеют. Потом придется потратить больше времени, чтобы придать им надлежащий вид. Если на кухне нет мойки и горячей воды, выделите для мытья посуды специальный тазик. В воду хорошо добавлять немного сухой горчицы или соды (1 чайную ложку на 2 л воды) — это облегчает мытье. Посуда после теста, молока, сырых яиц лучше отмывается сначала холодной, а потом горячей водой.

Эмалированная посуда красива, удобна, гигиенична, служит долго и надежно. Уход за ней несложен. Наиболее простые, но эффективные средства для чистки эмалированной посуды — обычная соль и пищевая сода. Потемневшие внутри эмалированные кастрюли легко чистятся, если в них прокипятить кожуру кислых яблок. Наждачную бумагу для чистки эмали применять нельзя.

Эмаль трескается при резком изменении температуры. Поэтому избегайте ставить горячую посуду на холодную подставку или пустую кастрюлю на сильно разогретую плиту, большую эмалированную кастрюлю на маленькую плитку или конфорку без подставки.

Если пища в эмалированной кастрюле пригорела, надо осторожно переложить содержимое в другую посуду и не спешить наливать холодную воду. Дайте кастрюле остыть, а затем в течение 30 мин прокипятите в ней воду с солью или щепоткой пищевой соды.

Нельзя пользоваться посудой, у которой с внутренней стороны повреждена эмаль.

Новую алюминиевую кастрюлю ополосните, прокипятите в ней молоко, разведенное пополам с водой, и она долго не будет темнеть.

Алюминиевую посуду рекомендуется мыть теплой водой с мылом, чистить толченым мелом, зубным порошком. Черноту на стенках можно легко удалить слабым раствором уксуса.

Если в алюминиевой кастрюле сварить ревень, она станет блестящей, как новая.

В алюминиевой посуде нельзя варить щи, борщ,

другие кислые блюда, хранить соленые огурцы, квашеную капусту, грибы.

Не варите в алюминиевой кастрюле неочищенный картофель — от него алюминий темнеет.

Пятна от пригоревшей пищи на алюминиевой посуде можно удалить, протерев их только что разрезанным кусочком яблока или вскипятив в этой посуде воду с луком.

Потемневшие алюминиевые кастрюли можно очистить также ваткой, смоченной в горячем растворе буры (30 г на 1 л воды) и нашатырного спирта (10 г на 1 л воды). По окончании чистки посуду надо хорошо прополоскать. Злоупотреблять нашатырным спиртом не следует.

Алюминиевая посуда легко отмывается смесью из равных частей мела и жженой магнезии либо пастой из порошка пемзы, замешанной на уксусе. Если этих средств не окажется под рукой, можно воспользоваться обычным мелким песком.

Алюминиевую посуду нельзя чистить золой, содой, каустиком и другими веществами, содержащими щелочь.

Посуда из полированного алюминия сохранит блеск, если ее время от времени протирать толченым мелом или зубным порошком. Но она должна быть сухой. Остатки мела или порошка удалите тряпочкой.

Никелированные кастрюли и сковородки, в которых готовилась жирная пища, промывают нашатырным спиртом или слабым раствором соляной кислоты, после чего прополаскивают крутым кипятком и натирают мелом. Чистить их можно также раствором, приготовленным из столовой ложки уксуса и чайной ложки соли или смеси мела с глиной.

Ржавчину с никелированных поверхностей очищают так: поврежденные места покрывают каким-либо жиром и оставляют на некоторое время. После этого посуду тщательно протирают нашатырным спиртом. Если ржавчина проникла глубоко в металл, вместо нашатыря используют слабый раствор соляной кислоты, который тут же смывают водой. Голубоватый налет на никеле промывают смесью из равных частей нашатырного спирта и серной кислоты. Делают это быстро, в течение нескольких секунд, после

чего посуду прополаскивают в воде с нашатырным спиртом, вытирают досуха и полируют мелом.

Чтобы вернуть первоначальный блеск изделиям из чугуна, надо протереть их разрезанной луковицей, затем отполировать смоченной в масле тряпочкой.

Покрытую толстым нагаром сковороду можно очистить так: в таз с водой нарезать побольше хозяйственного мыла, положить туда сковороду и кипятить в течение 15 мин. Потом дать ей в тазу остыть и потереть тонкой металлической мочалкой или щеткой.

Ржавые предметы очищайте разрезанной луковицей. Она может вернуть блеск и позолоченным изделиям. После обработки луком отполируйте их мягкой суконкой.

Железные листы и противни хорошо очищаются от ржавчины мелким песком с помощью разрезанной картофелины.

Посуда из огнеупорного стекла гигиеничнее металлической, долго сохраняет тепло. Но пользуясь ею, необходимо соблюдать следующие правила:

в нагретую огнеупорную посуду нельзя наливать холодную жидкость или класть холодные продукты;

во время приготовления пищи дно огнеупорной посуды всегда должно быть покрыто слоем жидкости или жира;

подогревать пищу в огнеупорной посуде следует только на слабом огне, постоянно помешивая;

не следует тереть огнеупорную посуду проволочной мочалкой или песком — она от этого портится.

В особом уходе нуждаются изделия, покрытые тефлоном. Их нельзя перегревать, царапать. Моют такую посуду обычно только водой, очень мягкой щеткой, а при использовании какого-либо моющего средства надо, как только кастрюля или сковорода высохнет, сразу нанести тонкий слой масла и так его оставить. Ни в коем случае нельзя держать тефлоновые кастрюли или сковороды вложенными одна в другую.

Посуда из керамики удобна, красива и гигиенич-

на. Овощи, мясо, приготовленные в ней, особенно вкусны: в них сохраняется аромат, меньше разрушаются витамины и минеральные соли. Новую керамическую посуду нужно вымочить в воде в течение часа. Готовить в ней можно только в духовке, причем ставить ее надо в холодную духовку, постепенно повышая температуру.

Доливать уже согревшееся блюдо надо только горячей водой — от холодной горшочек может лопнуть. По той же причине нельзя ставить горячую керамическую посуду на холодную поверхность.

Чистить ее следует осторожно, учитывая, что металлическая мочалка, ерш могут повредить обливную поверхность. Лучше налить в горшочек или миску горячей воды и потереть щеткой с мылом. Жирную, сильно загрязненную посуду наполняют холодной водой, добавляют уксус, накрывают крышкой, ставят в холодную духовку и нагревают, постепенно увеличивая интенсивность огня. Через 30 мин духовку выключают, дают посуде остыть, хорошенько моют с мылом и прополаскивают в теплой воде.

Фарфоровую посуду моют теплым раствором соли (3 столовые ложки на 1 л воды). Для позолоченной фарфоровой посуды нельзя употреблять содовый раствор, так как может сойти позолота.

Если в фарфоровом чайнике, которым редко пользуются, появился неприятный запах, чайник моют, насухо вытирают и кладут на дно кусочек сахара.

Фаянсовые изделия нельзя мыть слишком горячей водой — портится глазурь, а тем более с содой — стирается рисунок. Их моют в теплой воде с мылом, а еще лучше с горчичным порошком, и ополаскивают холодной водой.

Ножи следует держать отдельно от вилок и ложек: соприкасаясь с другими металлическими предметами, они быстро тупятся. По этой же причине не рекомендуется мыть ножи горячей водой, класть на горячую плиту.

Ложки, вилки и другие металлические приборы лучше всего мыть щеткой в воде, в которую добавлена горсть пищевой соды или сухой горчицы, полоскать в теплой воде и сразу же насухо вытирать

полотенцем. Чтобы блестели, их можно почистить посуху пищевой содой или потереть кусочком сырого картофеля.

Ложки, вилки и другие приборы из нержавеющей стали преобразятся, если их подержать, а то и прокипятить в воде, оставшейся после варки картофеля «в мундире».

Чтобы снять темный налет с посеребренных изделий, промойте их в теплой воде с мылом и протрите смесью зубного порошка с нашатырным спиртом.

Медные, латунные, мельхиоровые изделия полируйте смесью из 30 г нашатырного спирта и 15 г толченого мела на 50 г воды.

Мыть мясорубку будет намного легче, если после мяса пропустить через нее сырой очищенный картофель или кусочек черствого белого хлеба. Тем более, что их можно использовать и для фарша.

Не сушите мясорубку на огне или на горячей плите — от этого портятся ножи.

Если ножи мясорубки затупились, их можно заточить на куске корундовой шкурки, закрепленной на гладкой доске или другой ровной поверхности.

Собирая мясорубку, надо хорошо завернуть ободок, иначе ножи будут тупиться.

Самое жесткое и жилистое мясо легче пропустить через мясорубку, если с одной стороны все отверстия решетки мясорубки рассверлить диаметром 5,5 мм, оставив нерассверленной часть толщиной 0,5—1 мм. К ножу должна быть обращена нерассверленная часть.

На кухонном столе, покрытом пластиком, установить мясорубку довольно трудно. Отрежьте полоску наждачной бумаги, сложите ее пополам шершавым покровом наружу и подложите под ножки и винт мясорубки — она будет хорошо держаться, и стол не испортится. Если к ножке и винту мясорубки приклеить клеем (№ 88) кусочки резины, они также хорошо будут держать мясорубку и предохранят стол от порчи.

Мясорубка будет работать лучше, если время от времени пропускать через нее кусочки хозяйственного мыла, а затем промывать все детали горячей водой.

Чтобы легче было отмыть терку от остатков сыра, следует натереть на ней кусочек старого картофеля.

Терка снова станет острой, если потереть ее наждачной бумагой.

Деревянную посуду моют горячей водой с пищевой содой, вытирают насухо и хранят в сухом месте, иначе она будет пахнуть плесенью.

Хрустальные предметы моют холодной водой с мылом, добавив в нее немного синьки. Затем хрусталь тщательно протирают льняным полотенцем или шерстяной тряпочкой.

Серебряные и мельхиоровые приборы моют холодной водой с небольшим количеством нашатырного спирта.

Стеклянные графины, вазы, сосуды с узким горлом хорошо мыть водой с мелко накрошенной скорлупой сырых яиц или мелкими кусочками газетной бумаги.

Для удаления зеленоватого слоя, который часто оседает на стенках цветочных ваз, достаточно положить на дно вазы, наполненной водой, пятикопеечную монету. Можно также отмыть осадок столовым уксусом, смешанным с солью.

Смесью крупной соли с уксусом хорошо чистить потемневшие графины и хрустальные вазы.

Стеклянные бокалы, стаканы, вазочки приобретут яркий блеск, если в воду, в которой их моют, добавить 1—2 столовые ложки уксуса или столовую ложку соли, а потом сполоснуть теплой водой.

Протирая рюмки, бокалы, фужеры на высоких ножках, держите их не за основание ножки, а повыше, у самого донышка, иначе они могут сломаться.

Сургуч легко удалить, если горлышко бутылки подержать несколько минут в горячем растворе стирального порошка.

Бутылки из-под растительного масла мойте горячей водой с кальцинированной содой или тепловатой кофейной гущей.

Значительно облегчают уход за кухонной и столовой посудой химические средства, выпускаемые в виде жидкостей, порошков, паст, аэрозолей.

Алюминиевую посуду хорошо чистить препаратами «Алюмоблеск», «Алюминин», «Ал».

Для чистки металлических изделий предназначен препарат «Керамин». Порошок «Пемоксоль» предупреждает возникновение коррозии металла, очищает фаянсовые, эмалированные, керамические изделия, латунь и медь. Пасты «Восточная», «Прима», «Универсал» содержат борную кислоту и потому обладают дезинфицирующим свойством.

После обработки «Асидолом» и «Ювелирной пастой» приобретают утраченный блеск предметы из мельхиора, серебра, латуни, бронзы, а также с никелированной или хромированной поверхностью.

Паста «Эмалевый блеск» смывает со столовой посуды жир, грязь, ржавчину. Эта паста является также дезинфицирующим средством, при пользовании не требуется горячая вода.

Для чистки стекла, фарфора предназначены препараты «Быстрый», «Бло», «Эврика», «Секунда», «Жемчуг-Н».

Чистоту и блеск чайной и столовой посуде придают порошки «Посудомой», «Коду» и «Зеркальный».

Эффективно чистят посуду всех видов порошки «Арита», «Альма», «Блик», «Блестин», «Вильва».

«СИМ» и «СЭГ» — универсальные препараты бытовой химии, с помощью которых можно чистить посуду из любого материала. Кроме того, они хорошо отмывают загрязненные руки, устраняют запах рыбы, лука, чеснока.

Удаление накипи. Накипь образуется в результате наслоения солей, содержащихся в воде, которые при кипячении разрушаются и плотным слоем оседают на стенках посуды. Накипь забивает носик чайника. Из-за нее медленно нагревается и закипает вода, а стенки чайника или кастрюли перегреваются, что приводит к сокращению сроков службы посуды.

Издавна для снятия накипи применяют пищевую соду с уксусной эссенцией. В чайник наливают горячую воду, доводят ее до кипения и добавляют соду (2—2,5 столовые ложки на 1 л воды). После медленного кипячения в течение 20—25 мин чайник снима-

ют, воде дают остыть и сливают. Снова наполняют чайник горячей водой, добавляют уксусную эссенцию (1—2 чайные ложки на 1 л воды) и кипятят 30 мин. Обычно после этого слой накипи становится рыхлым и легко снимается. Затем чайник надо хорошо промыть.

Осадок внутри чайника можно удалить также, несколько раз прокипятив в нем картофельные очистки.

Тонкий коричневый налет со стенок кофейника исчезнет, если в нем прокипятить воду с кусочком лимона.

Хорошо и быстро удаляют накипь и готовые препараты — «Адипинка», «Антинакипин», «СЭДА». К примеру, «Антинакипин» предназначен для обработки алюминиевой и эмалированной посуды. Порошок насыпают в чайник, заливают на $^2/_3$ объема холодной водой, нагревают и кипятят 40—60 мин. Затем выливают раствор, а размягченный слой осадка осторожно снимают ложкой или деревянной палочкой. Если накипь сошла не полностью, обработку повторяют. Расход препарата — 50 г на 1 л воды. Правда, необходимо иметь в виду, что в алюминиевой посуде «Антинакипин» нельзя оставлять на длительное время.

Препарат «СЭДА» легко и бесследно очищает посуду от накипи, не повреждая эмали, обновляя внутреннюю поверхность самовара, чайника или других предметов.

После обработки посуды любым химическим средством ее необходимо несколько раз тщательно промыть теплой водой.

Иногда плотный осадок образуется в термосе. Свойства термоса от этого не меняются, но при желании налет можно снять. В термос наливают раствор уксусной кислоты (1 часть столового уксуса и 1 часть воды) и оставляют на 12 ч, не закрывая крышкой. Затем раствор выливают и тщательно прополаскивают колбу водой. Если осадок не растворится, следует повторить процедуру с более крепким раствором кислоты (1,5 стакана столового уксуса и полстакана воды).

Можно также осторожно почистить колбу мягким ершиком, а затем хорошо прополоскать ее водой.

Накипь с медной посуды нетрудно удалить раствором каустической соды.

Пластмассовая посуда на кухне

Покупая пластмассовую посуду, прежде всего посмотрите на штамп, определяющий назначение той или иной вещи, и строго следуйте этим указаниям. Например, в хлебнице можно хранить только хлеб, но не следует класть в нее мясо с тем, чтобы поставить в холодильник. Нельзя подавать в ней жаркое да еще с горячим соусом, ибо хлебница для этого не рассчитана. Если же, допустим, на полиэтиленовой кружке указано «10—60 °С», это значит, что из такой кружки нельзя пить горячий чай, кофе, молоко. В таре с надписью «Для технических целей» пища не должна находиться даже короткое время. В пластмассовые емкости, предназначенные для хранения пищи, не рекомендуется класть капусту, солить в них огурцы и другие овощи, а также хранить жидкости.

Помощница хозяйки — кастрюля-скороварка

Скоро варит скороварка. Эта удобная и практичная чудо-кастрюля прочно вошла в обиход многих семей. Пользование ею сокращает время приготовления пищи, а некоторые блюда в ней получаются даже вкуснее, чем приготовленные в обычной кастрюле на плите. Кроме инструкции к скороварке не помешает знать еще и некоторые правила.

Прежде чем готовить в кастрюле пищу, нужно вскипятить в ней, не закрывая, молоко, чтобы в дальнейшем металл не тускнел.

Для приготовления определенного количества порций супа надо влить в скороварку такое же количество воды (испарение практически равно нулю), но жидкость не должна превышать $^2/_3$ объема скороварки.

Готовя пищу из продуктов, имеющих свойство разбухать,— риса, фасоли — наполнять кастрюлю следует наполовину.

Рыбу в скороварке лучше не готовить: она и так

варится недолго, а удалить ее запах из скороварки трудно.

Начинать отсчет времени, необходимого для приготовления блюда в скороварке, надо с того момента, как клапан зашипит. Затем огонь следует убавить.

Если пар выходит из-под крышки, а не через клапаны, нужно снять кастрюлю с огня, охладить дно в прохладной воде, сбросить пар и закрыть крышку. Не забывайте проверить проходимость аварийного клапана.

Если за несколько минут до окончания варки необходимо добавить какие-нибудь продукты, надо поставить кастрюлю в холодную воду, сбросить пар через рабочий клапан до прекращения кипения и только после этого открывать крышку.

Резиновая прокладка со временем может вытянуться или потерять эластичность. Тогда ее надо заменить. Новую прокладку подержите некоторое время в теплой мыльной воде, помойте, затем положите в канал и аккуратно заправьте, чтобы она нигде не отставала.

Блюда, сваренные в скороварке, особенно если они приготовлены с горчицей, сметаной, помидорами или капустой, нельзя оставлять в кастрюле, их лучше сразу же переложить в эмалированную или стеклянную посуду.

После каждого употребления скороварки клапан необходимо хорошенько промыть или прочистить с помощью проволоки. То же самое нужно сделать, если клапан не шипит.

Решетка для приготовления пищи на пару, которая прилагается к скороварке, предназначена для варки картофеля, свеклы, моркови, паровых котлет. А фасоль, горох, рис лучше варить в дуршлаге подходящего диаметра без ручки. Дуршлаг ставят на решетку.

Что и как готовить в скороварке. *Щи, супы* в скороварке готовятся гораздо быстрее, чем обычным способом. Мясо или курицу кладут в скороварку и заливают водой не более чем на две трети. Не закрывая кастрюлю, дают закипеть и снимают пену. Добавляют лук, морковь и закрывают кастрюлю. Варят 20—25 мин, затем открывают, закладывают овощи, вермишель и доваривают в открытой кастрюле.

Чтобы приготовить *жаркое,* нужно положить в кастрюлю посоленное, слегка посыпанное мукой мясо вместе с зеленью, влить немного воды и тушить 20—30 мин. Столько же времени потребуется, чтобы приготовить *гуляш,*— его нужно тушить, добавив немного воды. Когда мясо будет готово, можно открыть кастрюлю, положить туда картофель и тушить еще 10 мин.

Некоторые рецепты требуют, чтобы мясо было предварительно поджарено. Это тоже можно сделать прямо в скороварке. Например, *жаркое в молоке.* Растопить сливочное масло, обжарить в нем с луком свинину. Когда мясо подрумянится со всех сторон, влить кипящее молоко (0,5 л на 1 кг мяса), посолить, поперчить, положить лавровый лист, закрыть скороварку и тушить 30 мин.

Вкусна *свинина с черносливом.* Замочить в холодной воде на несколько часов чернослив и изюм. В скороварке подрумянить на масле свинину, затем положить лук и морковь, нарезанные кусочками, посыпать мукой, помешать и влить воду (0,25 л на 1 кг мяса). Вскипятить, посолить, поперчить, добавить зелень, закрыть скороварку и тушить 25 мин. Открыть и положить изюм и чернослив, тушить еще 10 мин.

Паровые котлеты готовят на решетке в течение 14 мин, налив в кастрюлю немного воды. Можно положить и картофель — блюдо получится очень вкусным.

Утку и курицу тушат в скороварке, предварительно обжарив на сковороде с луком и морковью. Обжаренные куски перекладывают в скороварку, добавив полстакана воды, и держат на умеренном огне 20 мин.

Морковь для тушения предварительно слегка обжаривают, не дав подрумяниться, в кастрюле с маслом. Добавляют чеснок, гвоздику, соль, перец, немного муки и тушат 10—15 мин. Такую морковь подают как гарнир или используют для приготовления котлет и запеканок.

Капусту для тушения либо нарезают крупными кусками, либо используют целиком, если кочан небольшой. Вскипятив в скороварке воду, в нее опускают капусту и 5 мин кипятят в закрытой кастрюле. Откинув капусту на дуршлаг и вылив воду из скоро-

варки, кладут грудинку или масло, морковь, лук, зелень и капусту, солят, перчат и тушат, закрыв кастрюлю, 25—30 мин.

Фасоль предварительно варят в несоленой воде 5 мин. Затем воду сливают, фасоль в скороварке заливают кипятком, солят, кладут по вкусу лук, чеснок, зелень и доваривают, закрыв крышкой, еще 40 мин. Молодая фасоль сварится через 3 мин.

Горох на ночь замачивают в холодной воде. Кладут в скороварку вместе с чесноком, заливают подсоленной водой и варят 45 мин. После этого кладут в кастрюлю грудинку (по желанию), томат, сливочное масло, соль, перец и варят еще 30 мин.

Картофель может вариться 10—12 мин в зависимости от величины клубней. На пару, на решетке он бывает готов через 8 мин. Сваренный картофель можно 2—3 мин потушить со сметаной, предварительно слив воду.

Рис можно варить двумя способами. Первый: на чашку риса нужно взять полторы чашки воды и варить 7 мин. Второй: воды нужно взять в несколько раз больше, чем риса, который засыпают в дуршлаг, поставленный на решетку. Варить 6 мин и быстро вынуть, чтобы рис был рассыпчатый.

Молочную рисовую кашу нужно варить так: рис вскипятить в воде в открытой кастрюле (вода должна закрывать рис), влить туда молоко, посолить. Закрыть кастрюлю и варить 10 мин. Затем в кашу вбить яйцо, всыпать сахар и перемешать.

Варенье тоже можно сварить в скороварке. Пропорции ягод и сахара нужно брать обычные, а варить варенье недолго — 7...10 мин на слабом огне. Цвет у варенья не изменится и витамины сохранятся. Пенки снимать не нужно.

Топленое молоко, приготовленное в скороварке, особенно вкусное. Свежее молоко залить в скороварку, закрыть ее и поставить на большой огонь. Когда скороварка «зашипит» и из клапана будет выходить пар, огонь убавить и кипятить 10—15 мин. Любители пенок могут продлить время кипения до 20 мин. Молоко будет вкуснее, если подождать, когда оно остынет вместе со скороваркой.

В скороварке можно *освежить черствый хлеб.* Для этого в нее наливают немного воды, ставят решетку, на которую кладут хлеб, скороварку закрывают и

ставят на огонь. Как только клапан зашипит, кастрюлю снимают с плиты, а через 7—10 мин открывают — и на столе мягкий теплый хлеб.

Электропечь «Чудо»

Достоинства «чудо-печи» неоспоримы. Чтобы убедиться в этом, достаточно хотя бы раз попробовать испечь в ней пирог, торт, рулет, пудинг. Электропечь «Чудо», внешне напоминающая кастрюлю, состоит из трех частей: подставки, самой формы и крышки к ней. В крышке сделаны окошечки для циркуляции подогретого воздуха, благодаря чему тесто равномерно румянится. В «чудо-печи» можно готовить на электро- и газовой плите, электроплитке.

Принцип работы электропечи основан на передаче тепла приготовляемому блюду равномерно со всех сторон. Максимальная температура достигает 220—240 °С. Время приготовления мучных изделий не превышает 1 ч, рыбных — 1,5 ч, а мясных — 2 ч.

Выпечку производят следующим образом. В первую очередь ставят на огонь для нагрева подставку печи. Форму смазывают внутри маслом, в случае надобности обсыпают сухарями. Затем в нее кладут подготовленное тесто и дают ему подняться. После этого форму накрывают крышкой, не оставляя просветов, и ставят на разогретую подставку. Огонь должен быть несильным. Через 15—20 мин крышку повертывают, открывая просветы, и продолжают выпечку еще 15—20 мин. За это время (при открытых окошечках) тесто должно зарумяниться и пропечься.

Готовность теста определяют так же, как и при обычной выпечке: если спичка, воткнутая в тесто и вынутая обратно, окажется сухой, то тесто готово.

Для выпечки в «чудо-печи» бисквита форму не смазывают маслом, а выстилают поперек нее узкими полосками чистой бумаги. После этого форму на треть ее высоты заполняют бисквитным тестом и выпекают.

Для того чтобы подсушить в печи сухарики из белого и черного хлеба, просветы в крышке надо все время держать открытыми.

В «чудо-печи» можно выпекать пирожки из дрожжевого теста с любой начинкой. Для этого разде-

ланные пирожки надо смазать маслом, чтобы они не прилипали один к другому, уложить на дно формы и выпекать обычным способом.

Вот несколько рецептов кондитерских изделий, которые можно приготовить в электропечи «Чудо».

Торт бисквитный сухой. Яичные желтки растереть с сахаром добела (можно добавить натертую цедру одного лимона или апельсина). Затем смешать с мукой и осторожно ввести взбитые до крепкой пены яичные белки. Полученную массу переложить в форму и печь 15—20 мин. На 1,25 стакана муки — 1 стакан сахара, 8 яиц.

Ватрушки из дрожжевого теста. Приготовленное тесто разделить на небольшие кусочки, скатать из них шарики, уложить с промежутками 2—3 см на смазанное маслом дно формы и поставить в теплое место. Когда шарики поднимутся, сделать в каждом из них донышком маленького стаканчика углубление и заполнить фаршем из творога. Ватрушки смазать яйцом и, закрыв форму крышкой, готовить 10—15 мин. Начинку для ватрушек можно сделать также из свежих ягод, джема или повидла. Свежие ягоды — клубнику, землянику, малину — положить в углубление теста, посыпать сахаром и края теста смазать взбитым яйцом.

Рисовый пудинг. Перебранный и хорошо промытый рис положить в кипящую воду. После 10 мин кипения рис откинуть на сито, дать стечь воде, затем положить его обратно в форму, залить горячим молоком и варить еще 15 мин, после чего слегка охладить. Яичные желтки растереть с сахаром, добавить ванилин и смешать со сваренным рисом. Туда же положить кусочки цуката, промытый изюм, сливочное масло, очищенные и мелко нарубленные грецкие орехи и яичные белки, взбитые в густую пену. Все это хорошо перемешать. Приготовленную массу положить в электропечь, смазанную маслом и посыпанную сухарями, и готовить 30—40 мин. Перед подачей на стол пудинг из формы выложить на блюдо. Отдельно можно подать фруктовый или ягодный соус. На 1 стакан риса — 1 стакан сахара, 100 г сливочного масла, 2 стакана молока, 4 яйца, 50 г цукатов, 100 г изюма, $^{1}/_{4}$ пакетика ванилина.



ЧТОБЫ ВЕЩИ СЛУЖИЛИ ДОЛЬШЕ

Уход за одеждой и обувью

Залоснившиеся места на одежде из шерсти нужно протереть шерстяной тряпочкой, смоченной бензином, а затем смочить раствором гипосульфита (1 чайная ложка на 0,5 л воды), смыть теплой водой и протереть мягкой щеткой. Если не поможет, попробуйте протереть слабым раствором нашатырного спирта и прогладить теплым утюгом через промокательную бумагу.

Удалить лоск можно также раствором махорки, денатуратом, крепким чаем, раствором уксуса.

Блеск на платьях или брюках исчезнет, если потереть залоснившиеся места сырой разрезанной картофелиной, а затем просушить и почистить щеткой.

Чтобы избавиться от блеска на юбке или брюках, появившегося после длительной носки, надо потереть залоснившееся место сухой солью или водным раствором соли и нашатырного спирта (12 г соли и 15 г нашатырного спирта растворить в 2 столовых ложках воды). Затем вещь вымыть в теплой воде и отутюжить через чистую ткань.

Ношеному костюму можно придать свежий вид. Для этого нужно расстелить чистое полотенце, положить на него костюм, накрыть его чистой тканью и равномерно водить по ней щеткой, смоченной в растворе нашатырного спирта (2 столовые ложки на

1 л воды), в одном и том же направлении — по ворсу. (Ткань должна пропитаться влагой.) Затем повесить костюм на вешалку минут на 10 и после этого прогладить через тряпочку. Снова повесить на вешалку и почистить сухой щеткой, но теперь уже — против ворса.

Летом светлые шерстяные костюмы быстро пачкаются от пыли. Освежить запылившийся костюм можно с помощью обыкновенной чернильной (красной) резинки. Пиджак или платье нужно повесить на плечики и потереть сверху вниз загрязненные места (воротник, борта, рукава, полы, карманы). Затем почистить жесткой щеткой.

Непременное условие сохранности вещей — сухость. Возьмите немного камфары, зашейте в небольшие мешочки и положите под вещи — камфара прекрасно впитывает влагу. Время от времени мешочки с камфарой меняйте.

Замки «молния», если они загрязнились или с трудом застегиваются, надо почистить старой зубной щеткой, слегка смазать вазелином и протереть мягкой бумагой.

Не следует вешать вязаные вещи на плечики — они растягиваются и теряют форму. Их нужно хранить сложенными в полиэтиленовых мешочках.

Если вы долго не пользовались вещью, прежде чем гладить, почистите ее щеткой, смоченной в слабом растворе нашатырного спирта (1 чайная ложка на стакан воды), чтобы удалить пыль и освежить цвет.

Уход за меховыми изделиями. Прежде чем повесить на плечики в шкаф меховую одежду, с нее нужно стряхнуть влагу и просушить вдали от отопительных приборов. Не рекомендуется вешать одно пальто на другое, а также класть одну на другую сырые меховые шапки. Если после длительной носки ворсинки меха свалялись, появились войлокообразные комки и шарики, эти места нужно осторожно расчесать расческой с длинными острыми и редкими зубьями. Если шуба очень пыльная, ее раскладывают на мокрой простыне мехом вниз и выбивают.

Хранить меховые изделия следует в прохладном

месте в темных чехлах. При очень высокой температуре и при пониженной влажности мех пересыхает, портится, теряет эластичность, под действием света, солнца — выцветает, светлый мех желтеет.

Если мездра меха огрубела (а именно поэтому меховые шапки и шляпы теряют свою форму, полочки меховых пальто коробятся и становятся одна короче другой), восстановить ее эластичность можно, смочив раствором уксусной эссенции с поваренной солью (2 столовые ложки эссенции и 3 чайные ложки соли на 1 л воды).

Смоченную поверхность разомните и осторожно растяните в разных направлениях, повторив эту процедуру 2—3 раза с перерывами в 2—3 ч. После этого мех высушите в растянутом виде, затем снова разомните и смажьте жировой эмульсией (в 1 л теплой воды растворите 100 г мыла, добавьте 100 г касторового масла и 15—20 капель нашатырного спирта). Выдержав изделие в течение 3—4 ч в сложенном виде (мездра к мездре), разверните его и высушите при комнатной температуре.

Жировые пятна с манжет, воротника удаляют, протирая мех тряпочкой, смоченной бензином: если мех пушистый и пятно свежее, его протирают по ворсу, если мех гладкий и пятно застарелое — против ворса. Можно удалить пятна от жира смесью нашатыря с поваренной солью (1 чайная ложка нашатырного спирта и 3 чайные ложки соли на 0,5 л воды).

Для восстановления блеска рекомендуется протереть мех тряпочкой, смоченной уксусной эссенцией.

Чтобы мех блестел, слегка увлажняйте его глицерином.

Белые меховые изделия чистят крахмалом, после чего их необходимо вытряхнуть и расчесать. С помощью крахмала можно попытаться вернуть белизну овчине: посыпьте мех картофельной мукой и обильно опрыскайте из пульверизатора теплым раствором универсального стирального порошка. Тестообразную массу размажьте руками и после того, как она высохнет, снимите щеткой. При необходимости эту процедуру повторите. Вычищенную вещь высушите, а затем тщательно расчешите мех.

Белый мех не пожелтеет, если хранить его в синем полотняном мешке или в синей бумаге.

Не рекомендуется хранить крашеный мех рядом с некрашеным.

Нельзя вешать меховую одежду у побеленной стены — известь портит мех.

В шкафу меховая одежда должна висеть достаточно свободно, чтобы ворс не мялся. Не надо пересыпать ее нафталином, прятать в сундук или в диван.

Если натуральный мех смялся, нужно протереть его влажной губкой так, чтобы ворсинки намокли, затем прочесать мех по направлению ворса, высушить и выбить.

Чистить меховые изделия в домашних условиях можно только в том случае, если они не слишком сильно загрязнены. Чистой тряпочкой, смоченной в бензине и отжатой, многократно протирают мех по направлению длинного ворса, против — короткого. Для чистки можно также использовать шампуни для волос или моющие жидкости для шерстяных, шелковых и синтетических тканей типа «Экстра», «Олан» (1 столовая ложка на стакан воды). После окончания обработки поверхность меха многократно протирают тампоном, смоченным в чистой воде и отжатым, не допуская намокания кожевой ткани, и просушивают. Мех нельзя тереть слишком энергично, чтобы не порвать.

Пожелтевший серый каракуль можно осветлить 3—5-процентным раствором перекиси водорода (1 чайная ложка на стакан теплой воды) с добавлением нескольких капель нашатырного спирта. Если желтизна полностью не сойдет, мех после отбеливания протирают чистой фланелевой тряпочкой, смоченной водой, а затем подкрашивают светлым раствором синей краски для хлопчатобумажных тканей. При подсинивании надо следить за тем, чтобы раствор красителя ложился на ворс равномерно. Чтобы не пересинить мех, вначале покрасьте небольшой кусочек в малозаметном месте и дайте ему высохнуть.

Почистить светлый каракуль или мех белого кролика можно отрубями.

Пятна с меха удаляют, протирая ватным тампоном, смоченным специальным раствором. Вот два рецепта: равные части денатурата и нашатыря; 1 часть нашатыря, 3 части поваренной соли и 50 частей воды. Протертый мех надо промокнуть чистым льняным полотенцем, выбить и встряхнуть.

Если мех стал жестким, намажьте его с изнанки глицерином, наполовину разбавленным водой.

Мех бобра, выдры, крота чистят сухим горячим песком. Раскладывают на столе, посыпают песком и протирают ладонью. Грязный песок стряхивают, а чистый подсыпают до тех пор, пока изделие не станет совершенно чистым (ладонь не будет загрязняться).

Изделия из козлика моют холодной мыльной водой, затем прополаскивают и сушат.

Изделия из овчины можно освежить с помощью препарата «Ворсо».

Чистка изделия из синтетического меха. *Сухая чистка.* Вещь выколачивают с изнанки, а с лицевой стороны очищают щеткой. Чистить следует только по ворсу. После этого ворс осторожно прочесывают редким гребнем с тупыми зубьями.

Для удаления жирных пятен используют смесь из бензина и подсушенной картофельной муки, взятых в равных частях. Предварительно следует произвести пробную чистку на малозаметном месте, например на запасном шве. Если после сушки мех не изменит цвета и пушистости, можно приступать к чистке всего изделия. Приготовленную кашицу втирают в заношенное место и дают улетучиться бензину. Оставшийся на ворсе белый порошок счищают щеткой и вытряхивают.

Удаляя застарелые пятна, процедуру чистки надо повторить.

Пользуясь бензином, следует соблюдать правила пожарной безопасности: не чистить вещи возле огня, не курить.

Влажная чистка. Вещи из искусственного каракуля нельзя чистить смесями, содержащими бензин. Лучше всего в этом случае воспользоваться так называемой влажной чисткой с применением бензинового мыла.

Готовят моющий раствор из 0,5 л кипятка и половины куска «Детского» мыла, которое предварительно натирают на мелкой терке. Мыло растворяют, поддерживая легкое кипение жидкости, при постоянном помешивании. Испаряющуюся воду понемногу доливают. После того как мыло растворится, жидкость снимают с огня и дают ей немного остыть.

К теплому раствору добавляют при помешивании стакан бензина и стакан теплой воды. Всю массу размешивают. Полученное таким образом бензиновое мыло хорошо сохраняется. По мере надобности его смешивают с равным количеством теплой воды и применяют для чистки. Ее производят следующим образом: выколоченную и очищенную щеткой вещь расстилают на столе, покрытом клеенкой, под отдельные участки вещи подкладывают фанерки, затем моющую жидкость наносят на жесткую щетку с коротким волосом и протирают ею вещь, проводя по ворсу.

Сначала чистят сильно загрязненные места (воротник, рукава), затем всю вещь. Моющий состав удаляют, протирая очищенные места влажной тряпкой, стараясь не замочить подкладку. Протирку повторяют несколько раз. Влажную вещь вешают для просушки в теплом, но не жарком месте. Просохший мех осторожно прочесывают по ворсу редким гребнем с тупыми зубьями.

Искусственный каракуль тоже чистят влажным способом, но без добавления бензина (разжижить моющий состав надо теплой водой).

Для чистки синтетического меха можно использовать охлажденный раствор нейтрального стирального порошка (1 столовую ложку на 1 л кипящей воды). Его наносят чистым ватным тампоном, затем губкой смывают мыльный раствор, мех расчесывают и высушивают.

Нельзя чистить синтетические изделия ацетоном и уксусной эссенцией.

Чистка плюша и бархата. Загрязнения от пищевых продуктов на плюше и бархате чистят, предварительно подержав изделия над паром, кусочком фланели, смоченным теплой водой с добавлением нашатырного спирта или денатурата (1 столовая ложка на стакан воды).

Бархатные изделия нельзя чистить пылесосом и жесткой щеткой. Их очищают от пыли сухой мягкой щеткой и протирают ваткой, смоченной бензином, а после высыхания — ваткой, смоченной денатуратом.

Изделия из плюша и бархата нельзя чистить ацетоном, уксусной эссенцией, стирать в горячей воде (выше 50 °С).

Уход за изделиями из джинсовых, вельветовых и ворсовых тканей. Такие изделия требуют особого ухода. Во-первых, необходимо учитывать, что одежда из чистого хлопка после стирки может дать большую усадку. Во-вторых, брюки, юбки, куртки, платья следует стирать в теплой (30—35 °С) воде жидкими и моющими средствами. Изделия эти нельзя сильно тереть, выкручивать.

Для восстановления товарного вида одежду из джинсовых и вельветовых тканей после стирки и прополаскивания надо аппретировать, применяя для этого поливинилацетатную дисперсию или другие препараты на ее основе. Для джинсовых тканей рекомендуется среднее крахмаление, для вельветовых — мягкое. Сильно поношенные джинсовые изделия можно слегка подсинить.

Одежду из вельветовых и ворсовых тканей лучше сдавать в химчистку. Пятна с них надо снимать осторожно, промокательными движениями, а не трением, тщательно подбирая пятновыводящие препараты.

Уход за плащами. Плащ из ткани типа «болонья» можно почистить влажной щеткой или капроновой губкой, обильно намыленной «Детским» мылом. Легкими движениями, без нажима, протирают плащ по направлению от воротника книзу. Затем прополаскивают теплой водой. Ни вытирать, ни выкручивать плащ нельзя. Нужно повесить его на плечики, и вода стечет сама. Сушат плащ подальше от источников тепла. Сушить на солнце тоже не рекомендуется.

Прорезиненные плащи можно мыть теплой водой с мылом, добавив немного нашатырного спирта. Плащ раскладывают на столе и чистят жесткой щеткой, смоченной в растворе, затем тщательно полощут в воде и сушат на плечиках. Выкручивать прорезиненный плащ и применять какие-либо растворители (бензин, скипидар) для чистки нельзя. Чтобы освежить расцветку, мокрый плащ протирают тампоном, смоченным в уксусе.

Чтобы расправить смявшийся прорезиненный плащ, надо намочить его в горячей воде и повесить на плечики.

Плащи из вискозы, ацетата или капрона, а также из натурального шелка следует стирать в теплой воде

со стиральным порошком для синтетических тканей (2—3 столовые ложки порошка на 5—6 л воды). Наиболее загрязненные места потрите ватой с сухим стиральным порошком. Полощите несколько раз в теплой воде, последний раз — в холодной. Чтобы плащ после стирки и полоскания не остался мятым, повесьте его под теплый душ. Затем, не выкручивая, сушите на плечиках в прохладном месте, подальше от источника тепла.

Мятые плащи гладят с лицевой стороны теплым утюгом.

Хранить плащи из синтетических тканей следует в прохладном месте и подальше от нафталина (нафталин портит плащ из любой ткани).

Запыленный плащ не обязательно чистить щеткой. Его лучше вытряхнуть, а затем протереть влажной тряпкой.

Если плащ стал жестким, намочите в воде с нашатырным спиртом (столовая ложка нашатыря на 1 л воды), затем прополощите в чистой воде.

Уход за фетровыми шляпами. Шляпы следует хранить в специальных коробках или на полках шкафа.

Прежде чем положить шляпу на хранение, ее надо очистить щеткой от пыли, наполнить скомканной газетой и завернуть в полотно или платок.

Шляпу не рекомендуется вешать — от этого она деформируется.

Протертые или блестящие места на фетровых шляпах слегка протрите тонкой наждачной бумагой. Можно также посыпать эти места мелкой солью или отрубями и почистить жесткой щеткой.

Серые и бежевые фетровые шляпы чистят белой тряпочкой, смоченной раствором из 5 столовых ложек нашатырного спирта, 5 столовых ложек уксуса и $^1/_2$ столовой ложки соли. После этого шляпы протирают чистой сухой тряпочкой.

Шляпу из светлого фетра хорошо чистить коркой черствого хлеба.

Шляпы других цветов чистят бензином или эфиром.

Уход за кожаными изделиями, обувью. Изделия из кожи нужно время от времени протирать глицери-

ном, особенно манжеты и воротник — они опять начнут блестеть.

Если кожаная куртка, пальто поношены и потускнели, протрите их свежей кожицей апельсина.

Загрязнения на коже нежирового происхождения можно удалить, протерев эти места поролоновой губкой или тряпочкой, смоченной в теплом (40—50 °С) растворе шампуня или других моющих средств, а затем чистой влажной и, наконец, сухой тканью.

Загрязнения, которые не удалось снять моющими средствами, можно удалить тампоном, смоченным в скипидаре или бензине. Не следует обильно наносить эти растворители, чтобы полностью не обезжирить кожу.

В процессе носки на изделии из кожи осыпается краска, появляются вытертые места. Выбор подкрашивающего состава зависит от вида покровного слоя. Универсальным средством являются нитрокраски в аэрозольном исполнении: они подкрашивают кожу, выравнивают ее поверхность, придают ей водостойкость, скрывают царапины. Только не следует покрывать изделие слишком толстым слоем нитрокраски — это может привести к потере эластичности и гибкости пленки, она быстро потрескается и осыплется.

Если поверхность изделия из кожи кое-где вытерлась или потеряла блеск, обработайте эти места обувными аппретурами типа «Сочи», бесцветными или соответствующего цвета кремами, после чего тщательно протрите щеткой или ветошью.

Кожаную куртку или пальто можно почистить раствором, состоящим из воды, мыла и нашатырного спирта, а затем для блеска слегка потереть тряпочкой, смоченной касторовым маслом.

Сумочка из темной кожи приобретет блеск, если протереть ее ватным тампоном, смоченным лимонным соком. Кофейная гуща также придает блеск изделиям из темной кожи. Одну-две ложечки слегка влажной гущи надо завернуть в шерстяную или фланелевую тряпочку и энергичными движениями потереть ею сумочку, туфли, портфель и т. д. Кожа заблестит, как новая.

Обновить кожаную сумочку можно еще таким образом. Осторожно помыть в теплой мыльной воде, в которую добавлено немного нашатырного спирта.

Затем просушить и протереть тряпочкой, смоченной касторовым маслом.

А можно поступить и так. Энергичными движениями протереть кожу разрезанной луковицей. Когда лук станет грязным, срезать верхний слой и продолжать чистить, затем натереть чистой тряпочкой до блеска.

Кожаные *перчатки* чаще всего чистят бензином. Светлые, лайковые опускают в бензин на несколько минут, энергично трут, не выкручивая, снова промывают в свежей порции бензина и отжимают. Затем перчаткам придают первоначальную форму, вытирают сухой полотняной тряпочкой, обильно посыпая тальком.

Темные перчатки опускают в бензин один раз, быстро извлекают и вытирают тряпкой. Тальк в этом случае не требуется.

Перчатки можно почистить смесью 1 части скипидара и 2 частей бензина. После этого их просушивают на воздухе, но не на солнце.

Для чистки можно также воспользоваться следующим раствором: 5 частей универсального стирального порошка типа «Лотос», 1 часть нашатырного спирта и 60 частей воды. Затем протереть перчатки сухой тряпкой или ватой.

Перчатки растягиваются только в поперечном направлении, принимая форму руки. Поэтому не стоит натягивать их между пальцами, подтягивать за манжеты.

Если кожаные перчатки немного тесноваты, надо завернуть их во влажное полотенце, а через 2—3 ч надеть на руки и дать им высохнуть.

Чтобы определить размер перчаток, надо сантиметровой лентой измерить окружность руки в самой широкой ее части. Число полученных миллиметров разделить на 27 — так называемый условный вершок. Обычно это размеры 6, $6^1/_4$, $6^1/_2$, $6^3/_4$ и т. д. Если размер определен правильно, кожаные или замшевые перчатки легко надеваются на руку и не стесняют ее движений.

Новую *обувь* желательно смазать хорошим кремом и отполировать бархоткой или протереть долькой лимона и отполировать.

Новую обувь не рекомендуется впервые надевать

в сырую погоду. Сначала поносите ее при сухой погоде, чтобы поры подошвы покрылись песком — обувь будет меньше промокать.

Надевать обувь рекомендуется с помощью специального рожка, чтобы не деформировались задники.

Чтобы жесткие задники новых туфель не натирали пятки, потрите задники свечкой, влажным мылом или смочите спиртом.

Как правильно чистить обувь? Делать это нужно не перед выходом из дому, а сразу после прихода с улицы. Щеткой удалите с обуви песок, пыль и слегка, но аккуратно смажьте ее гуталином. Через несколько минут почистите щеткой. Наведите блеск шерстяной тряпкой.

Чтобы сохранить форму обуви, в нее следует вставлять выпрямительные колодки (вместо них можно туго вставлять от носка до задника палочки) или туго набивать бумагой носки обуви.

Перед длительным хранением обувь необходимо тщательно вычистить и смазать кремом или вазелином (особенно резиновые сапоги). Кожаные подметки смазываются натуральной льняной олифой. Пропитка кожаной подошвы и подметок касторовым, льняным маслами или горячей натуральной олифой устраняет скрип обуви, увеличивает срок носки, повышает влагоустойчивость. Хранят обувь завернутой в бумагу в сухом прохладном месте.

Кожаную (но не лакированную) обувь раз в неделю нужно протирать тряпочкой, смоченной в скипидаре или бензине, чтобы удалить пятна и освободить поры кожи от остатков крема. Через некоторое время обувь чистят кремом и полируют.

Чтобы устранить неприятный запах в обуви, можно протереть ее внутри нашатырным спиртом, перекисью водорода или воспользоваться эффективным средством «Тюльпан». Этой цели служат и специальные бумажные салфетки, а также средство в аэрозольной упаковке «Сапожок». Для дезинфекции обувь (внутри) протирают тряпочкой, смоченной в

формалине, помещают в полиэтиленовый пакет, завязывают его и оставляют на сутки. Затем обувь вынимают и проветривают.

Белые кожаные туфли моют поролоновой губкой или мягкой щеткой, смоченной в теплом слабом растворе стирального порошка, после чего теплой водой смывают раствор и вытирают досуха. Затем смазывают жидкостью «Сочи» или средством «Флоп» и натирают бархоткой.

Для освежения обуви из белой кожи можно также пользоваться молоком, бесцветным кремом или самоблестящим средством «Балта».

Если на кожаной обуви появилось пятно, его можно удалить бензином или соком репчатого лука.

Если обувь промокла, то сушить ее нужно следующим образом: плотно набить газетами или тонкой бумагой и по мере впитывания бумагой влаги менять ее на сухую.

Сушить обувь на батареях и печке не следует. Если же обувь пересохла, то смягчить ее можно касторовым или растительным маслом, глицерином или вазелином.

Если обувь вам тесна, ее можно растянуть средствами для растяжки обуви «Разноска» (в аэрозольном исполнении) и «Растяжка» (жидкость) или смочить внутреннюю и внешнюю поверхности обуви одеколоном и сразу же в ней походить — обувь разносится.

Затеки (белые пятна на обуви) не трудно снять столовым уксусом.

Плесень с обуви удаляют тампоном, смоченным бензином.

Поношенную кожаную обувь можно освежить скипидаром, добавив к нему 3—4 капли молока.

Царапину или небольшой «задир» на обуви из тонкой кожи легко устранить. Для этого на поврежденное место и на тыльную сторону «задира» наносят тонкий слой лака для ногтей или клея БФ-2 и прижи-

мают содранный кусочек кожи к поврежденному месту. Через несколько минут кожа плотно «прирастет» к своему месту. Царапину достаточно смазать лаком для ногтей или клеем БФ-2.

Лакированная обувь не рассчитана на постоянную носку: лаковая пленка в жару и мороз быстро трескается, под действием солнечных лучей становится липкой, тусклой. При температуре 30 °С и выше лаковая пленка размягчается, теряет прочность и форму. Поэтому в жару носить лакированную обувь не следует.

Лакированные туфли нужно периодически смазывать тонким слоем ланолинового крема, глицерина, вазелина или касторового масла, аккуратно нанося их ватным тампоном. Через 15—20 мин снять излишек смазки мягкой тряпочкой и после просыхания натереть туфли бархоткой. Хранить лакированную обувь лучше всего завернутой в бумагу вдали от источников тепла, иначе она потрескается.

Для ухода за лакированной обувью и изделиями из лакированной кожи презназначены препараты, очищающие их от загрязнений и восстанавливающие блеск — «Сафьян», «Средство для ухода за лакированной обувью».

Лакированная обувь будет блестеть, как новая, если ее время от времени смазывать яичным белком или разрезанной луковицей.

Ссохшиеся спортивные кроссовки нужно подержать в теплой воде, пока не смягчится кожа, вытереть снаружи и внутри, смазать глицерином и туго набить бумагой.

Ставший жестким заменитель кожи рекомендуется смазать глицерином.

Резиновую обувь следует вымыть теплой водой сразу же, придя домой, а затем насухо вытереть и отполировать тряпочкой, смоченной несколькими каплями глицерина или растительного масла.

Резиновые и прорезиненные вещи нельзя чистить бензином, скипидаром и мыть мылом.

Нельзя сушить резиновую обувь у огня — резина от этого грубеет, теряет цвет и трескается.

Обувь, предназначенную для носки во влажных условиях, в частности юфтевую, следует регулярно смазывать жиром или касторовым маслом. Чем больше жира или масла втереть в кожу, тем мягче и водоупорнее она будет.

Для ухода за обувью применяют различные средства: пасты, эмульсии, кремы, содержащие воски, твердые парафины, растворители (уайт-спирит, скипидар), жиро- и водорастворимые красители.

Кожаную обувь чистят кремами на основе органических растворителей («Гамма», «Люкс», «Невский», «Черевички») и эмульсионными кремами («Вилия», «Эмол», «Викс», «Луч» и др.), которые освежают обувь, образуют на ней защитную блестящую водоотталкивающую пленку.

Препараты «Пигмент», «Экстра», «Альба», «Флоп», кроме того, еще и закрашивают потертые места. «Альба» и «Флоп» предназначены для белой обуви.

Для чистки и придания блеска и водоотталкивающих свойств обуви выпускается салфетка «Башмачок», представляющая собой кусок нетканого материала, пропитанный масляно-воскоподобной смесью. Салфеткой можно пользоваться многократно, она удобна как в обычных условиях, так и в поездках.

Самоблестящие составы для ухода за обувью типа «Самоблеска» сразу после высыхания образуют блестящую пленку, не требующую полировки.

Средства для ухода за обувью спортивной и из грубой кожи «Гриф», «Охотничий», «Рига» делают ее мягкой, эластичной, а образуемая ими пленка обладает большей водостойкостью, чем пленка обычных кремов.

Для придания обуви водостойкости предназначено специальное средство «Смазка гидрофобная».

Восстанавливают блеск обуви жидкость «Самоблеск для обуви» и препарат в аэрозоле «Ланур».

«Нитроэмаль для кожи» (в аэрозоле) позволяет легко и быстро освежить и обновить кожаные изделия, окрасив их в нужный цвет.

Уход за изделиями из замши. Во время носки замша начинает лосниться. Вернуть ей прежний опрятный вид можно, почистив смесью теплого молока и соды (1 чайная ложка соды на стакан молока).

Не менее эффективен другой метод. Смешивают $^1/_4$ стакана нашатырного спирта и $^3/_4$ стакана воды. Залоснившиеся места протирают ватным тампоном, смоченным этой смесью, затем обмывают чистой водой и, наконец, уксусным раствором (1 чайная ложка уксусной эссенции на 1 л воды).

Чтобы подольше не залоснялись воротник, рукава и карманы замшевого пальто, пиджака, их нужно время от времени протирать кусочком чистой прорезиненной ткани или грубой губкой. Так же удаляются пятна, оставшиеся на ткани после дождя. Залоснившиеся сгибы можно освежить с помощью самой тонкой наждачной бумаги (№ 0).

Натуральную замшу стирают в теплом растворе. Подкладку достаточно подпороть только внизу и на рукавах. Стирать надо быстро, сильно не замачивая вещь, не тереть, не выкручивать. Воротник, рукава, загрязненные места можно слегка потереть мягкой губкой или щеткой.

Мокрую одежду из замши, кожи необходимо сушить на вешалке при комнатной температуре или на открытом воздухе, но не около отопительных приборов. При необходимости гладят ее только с изнанки, через сухую шелковую ткань, утюгом самой минимальной температуры. По окончании гла́женья замшу нужно почистить щеткой.

Замшевая обувь хорошо очищается, если ее подержать над паром, а затем почистить специальной щеткой. Сильно загрязненную замшевую обувь чистят мыльной водой с добавлением нескольких капель нашатырного спирта. После того как замша будет вычищена, ее желательно обработать водоотталкивающим препаратом «Велюр».

Для чистки обуви из черной замши применяют также отработанные ленты пишушей машинки. Жировые пятна снимают бензином.

Куртку или туфли из коричневой замши хорошо чистить щеткой, смоченной в кофейной гуще, а когда подсохнет — сухой щеткой.

Жировые пятна с замшевой обуви удаляют бензи-

ном или присыпают тальком, который через несколько часов очищают проволочной щеткой.

От сырости на замшевой обуви появляются некрасивые белесоватые пятна. Избавиться от них трудно, поэтому нежелательно пользоваться замшевой обувью в сырую погоду. Намокшую обувь перед просушкой следует набить газетной бумагой и почистить щеткой. Если пятна остались, их обмывают теплой водой с мылом.

А можно сделать так. Намокшую замшевую обувь сначала высушить, а потом почистить специальной проволочной или резиновой щеткой, расправляющей ворс. Ворс расправится лучше, если подержать замшу над струей пара, бьющей из носика чайника. Сильно заносившиеся места следует протереть ваткой, смоченной в нашатыре, а потом чернильной резинкой.

Освежить, закрасить потертые места и придать водоотталкивающие свойства замшевой обуви можно с помощью препаратов «Велюр» и «Дезамш». Перед обработкой ими необходимо удалить пыль с обуви, восстановить ворс, а затем распылить препарат до легкого увлажнения и высушить обувь.

Вещи из искусственной замши нуждаются в особом уходе. Они быстрее грязнятся, теряют бархатистый налет. Их можно мыть теплым (35—45 °С) слабым раствором моющих средств для шерстяных, шелковых и синтетических тканей — не стирать, а именно мыть, разложив на столе или развесив на плечиках. Затем прополоскать, убрать лишнюю влагу, не выкручивая. Сушить на плечиках при комнатной температуре, периодически промокая полотенцем во избежание образования водных затеков по низу изделия.

Искусственную замшу с рисунком на ворсовой поверхности стирать не рекомендуется. Изделие осторожно обрабатывают мягкой щеткой, смоченной во взбитой пене нейтрального моющего средства, по направлению ворса. Затем чуть увлажненной и отжатой тканью снимают остатки моющего средства, промока-

ют сухой тканью и подвешивают на плечики для окончательной сушки.

Замшевые перчатки чистят раствором нашатырного спирта (1 часть нашатырного спирта и 4 части воды), меняя его по мере загрязнения. Затем протирают ваткой, намоченной в чистой воде или в воде, смягченной уксусом (1 чайная ложка уксуса на 1 л воды).

Замшевые перчатки моют, надев на руки, теплым раствором моющих средств для шерстяных, шелковых и синтетических тканей. Затем отжимают в полотенце и сушат при комнатной температуре.

Белые замшевые перчатки отбеливают таким составом: 1 стакан теплой воды, 1 чайная ложка перекиси водорода и столько же нашатырного спирта.

Для удаления пятен с изделий из замши нельзя использовать пятновыводящие средства.

Сильно загрязненную одежду из замши лучше сдавать на предприятие химчистки.

Уход за предметами быта

Уход за мебелью. Обставляя квартиру новой мебелью, мы обычно не задумываемся над тем, как лучше сохранить ее. Нас больше заботит то, как бы покрасивее да поудобнее разместить предметы. С этим, безусловно, нельзя не считаться, но не менее важно и другое, например то, будет ли мебель стоять вблизи от батарей центрального отопления или по возможности удалена от них — горячий воздух ей не на пользу. Кроме того, надо защищать мебель и от прямых солнечных лучей — под их действием она быстро тускнеет, выгорает, покрывается трещинами.

Чтобы мебель служила дольше, за нею необходимо регулярно ухаживать.

Полированную и лакированную мебель протирайте ежедневно мягкой чистой тряпочкой или салфеткой «Уют». Она пропитана антистатическим составом и воскоподобными веществами, придающими полированной поверхности блеск, и хорошо собирает пыль.

Для освежения, обновления и чистки такой мебе-

ли предназначены жидкости «Полироль-2» и «Полироль-3», «Луч», «Виполин» (для темной мебели), пасты «Виполокс» и «Прима», эмульсия «Бийчанка», аэрозоли «Антик», «Жидкий воск», «Комфорт», «Лучистый-1».

В случае отсутствия химических препаратов для ухода за такой мебелью можно вскипятить стакан пива с кусочком воска, чуть теплую массу нанести на мебель, дать ей высохнуть и натереть шерстяной тряпочкой. Или воспользуйтесь растительным маслом, лучше репейным. Несколько капель капните на вату и заверните ее в старый носок. Масло должно лишь слегка просачиваться. Этим тампоном протрите мебель.

Многим не нравится закрывать клеенкой или скатертью полированный обеденный стол — обработанная древесина хороша сама по себе. Однако надо бережно относиться к такому столу: не ставить горячих предметов (чайник, утюг); капля спирта или бензина может также повредить зеркальную поверхность полировки; ей противопоказана влажная уборка.

Если в спешке или по рассеянности вы поставили на полированный стол горячий утюг или чайник, возьмите тампон с поваренной солью, смочите его растительным маслом и круговыми движениями протирайте пятно до тех пор, пока оно не исчезнет.

Старые пятна нужно покрыть смесью из поваренной соли и растительного масла, через 2—3 ч стряхнуть ее и протереть это место чистой тряпочкой.

Полированную мебель можно почистить тряпочкой, смоченной в молоке, затем насухо вытереть шерстяной тканью.

Пятна от мух на полированной мебели удаляют уксусом, затем полируют сухой мягкой тряпочкой.

Пятна от плесени протирают керосином.

Пятно от воды на полированной или лакированной поверхности посыпьте мукой, а затем тампоном, смоченным в растительном или машинном масле, потрите до исчезновения.

Утраченный лакированной мебелью блеск восстанавливают, протирая ее круговыми движениями мягкой шерстяной тканью, пропитанной смесью из рав-

ных частей растительного масла и спирта или 2 частей растительного масла и 1 части скипидара.

Лакированную мебель, утратившую блеск и потемневшую, можно обновить. Для этого сначала снимают старую пленку лака мелкозернистой наждачной бумагой, осторожно направляя ее вдоль волокон дерева. Затем мебель заново покрывают лаком, лучше всего спиртовым, например готовым составом бесцветного или цветного нитролака, а также «Полиролем». Из льняной ткани делают небольшой узелок с ватой внутри, пропитанной лаком, и этим тампоном равномерно протирают поверхность мебели. Через 30—40 мин, когда лак хорошо высохнет, наносят второй слой.

Неполированную (матированную) мебель очищают от пыли сухой мягкой тряпочкой, а раз в неделю — пылесосом с мягкой насадкой. Время от времени ее можно протирать влажной хорошо отжатой тканью, а при сильном загрязнении — помыть теплой мыльной водой и сразу же насухо вытереть.

Для ухода за данным видом мебели нельзя применять полирующие средства. На матированной поверхности они оставят жирные пятна, которые потом трудно будет удалить.

Мебель красного дерева освежают, протирая тряпочкой, пропитанной репейным маслом, уксусом или чаем, а потом льняной тканью вытирают насухо.

Для дубовой мебели приготовьте смесь: вскипятите стакан пива с 20 г воска и чайной ложкой сахарного песка. Ватным тампоном нанесите чуть теплую смесь на поверхность мебели, дайте подсохнуть и протрите сухой тряпочкой.

Царапины на деревянной поверхности мебели можно затереть мастикой, приготовленной из 4 частей воска, 3 частей скипидара и 2 частей спирта. Сначала надо растопить на слабом огне воск, добавить скипидар, размешать, влить спирт и снова размешать. Затем протереть поврежденную поверхность шерстяной тряпочкой, смоченной керосином, тампоном нанести мастику и растереть сухой шерстяной тканью до блеска.

В неглубокую царапину на полированной поверхности можно втереть немного обувного крема подходящего цвета и отполировать суконкой.

Пятна плесени с мебели удаляют тряпочкой, смоченной в бензине.

Иногда на поверхности фанерованной мебели появляются небольшие вздутия. Сделайте маленький прокол в пузыре, впустите в отверстие немного клея, а потом, приложив к этому месту несколько листов бумаги, прогладьте утюгом.

Металлические детали мебели, потускневшие и потемневшие, хорошо чистятся пастами «Асидол», «Полимет».

Можно приготовить домашний препарат — смесь из нашатырного спирта (30 г), мела или зубного порошка (15 г) и воды (50 г). Смесь взболтайте, намочите в ней фланелевую тряпочку и протрите металлическую фурнитуру, после чего суконкой натрите ее до блеска.

Такой же эффект дадут пищевая сода, лимонный сок, разрезанная пополам луковица.

После чистки металлические детали полируют мелом, смоченным нашатырным спиртом с водой (2:1).

Мягкая мебель также нуждается в тщательном уходе. Пыль, довольно глубоко проникающую в мебельную обивку, следует систематически удалять пылесосом. Время от времени обивку можно чистить щеткой, обернув ее двойным слоем марли, смоченной соленой водой (1 чайная ложка соли на 1 л воды).

При отсутствии пылесоса можно выбить пыль из дивана, кресел, стульев. Накройте их простыней, смоченной в растворе из 1—2 столовых ложек уксуса на 1 л воды, и выколачивайте выбивалкой. По мере загрязнения простыню прополаскивайте в чистой воде и снова смачивайте в растворе.

При еженедельной уборке протирайте очищенную от пыли обивку влажной шерстяной тряпочкой (на 1 л воды — 1 чайная ложка универсального стирального порошка), а затем — сухой.

Во время генеральной уборки рекомендуется почистить мебельную обивку специальными препарата-

ми: «Ворс», «Золушка-М», «Умка», «Ковроль». Предварительно препарат необходимо взболтать, развести водой (1:3), поролоновой губкой взбить пену и нанести ее на очищаемую поверхность равномерным слоем, но не обильно, не допуская сильного намокания ткани и проникновения влаги вглубь. Через 2—3 мин подсохшую пену следует удалить пылесосом.

Плюшевую или бархатную обивку нельзя пылесосить, чистить щеткой. Такую ткань нужно протирать по ворсу мягкой тряпочкой, смоченной в теплой воде. Жирные пятна снимают бензином.

Эффективна смесь из воды и нашатырного спирта (2:1) или уксуса (1:2). Следует иметь в виду, что зеленый цвет обивки под воздействием нашатыря меняется.

Очищают обивку от пятен теми же препаратами, что и одежду, с обязательной предварительной проверкой их действия на окраску ткани. Необходимо также следить за тем, чтобы пятновыводитель не попал на деревянные части мебели, на покрытия из искусственной кожи.

Обивку из дерматина и кожи протирают влажной тряпкой, после чего на поверхность наносят слегка взбитый яичный белок.

Для удаления пятен с кожаной обивки в них втирают кашицу из картофельного крахмала и бензина (1:1), а после высыхания ее счищают.

Кухонную мебель, покрытую эмалями и отделанную пластмассами, моют теплым раствором любого стирального порошка (1 столовая ложка на 1 л воды). Применение соды, мыла, горячей воды (выше 50 °С) приводит к потускнению окрашенных поверхностей мебели.

Эффективны при уходе за эмалевыми и пластмассовыми поверхностями кухонной мебели средства, выпускаемые промышленностью,— «Жемчуг», «Жемчуг-2» и «Жемчуг-Н», «Сосенка-2».

Уход за коврами. Покупая ковровые изделия, сохраняйте этикетку, где указаны символы по уходу за ними.

В течение 5—6 месяцев со дня покупки ковер нельзя выколачивать и пылесосить. Чистить можно

только мягкой щеткой или веником, так как из нового ковра пылесос может вытянуть волокна ворса.

Со временем ворс уплотнится, и ковер можно чистить пылесосом, при этом щетку следует водить в направлении ворса, а ковер должен находиться на ровной поверхности.

Ковер рекомендуется выколачивать специальной выбивалкой с изнаночной стороны, а лицевую сторону следует чистить мягкой щеткой.

От крупных механических загрязнений (ниток, волос, крошек и т. п.) ковры можно периодически очищать механической щеткой. Это не относится к длинноворсовым коврам, у которых щетка частично вырывает ворс.

Зимой хорошо чистить ковры на снегу (кроме тафтинговых, трикотажных). Положив ворсовой стороной на снег, ковер слегка выбивают, а затем переворачивают, сметают снег, а с ним и загрязнения, щеткой или веником.

Ковровые изделия с низким ворсом, предварительно выбитые, обрабатывают с помощью мягкой щетки или поролоновой губки теплым (25—30 °C) водным раствором специальных моющих средств «Ворс», «Золушка», «Пута», не допуская смачивания каркасной ткани ковра. Взбитое с помощью губки до образования пены моющее средство равномерно наносят на поверхность ковра. Затем пену удаляют пылесосом или слегка смоченной в воде и отжатой губкой, ворс промокают сухой хлопчатобумажной тканью или ветошью. Если все же каркас увлажнился, ковер необходимо просушить.

Смесью из уксуса и небольшого количества воды освежают краски ковра. Цветному ковру можно придать яркость, протерев его тампоном, смоченным в рассоле квашеной капусты.

Хороший эффект дают древесные опилки. Их просеивают, омывают мыльным раствором, в который добавляют немного бензина. Сначала с ковра выбивают пыль, затем смачивают теплым раствором уксуса (2 столовые ложки на ведро воды), после чего протирают древесными опилками с помощью щетки.

Шерстяные ковры и дорожки чистят губкой, смоченной в пене жидкого мыла. Чтобы ковер блестел, после чистки его освежают тампоном, смоченным денатуратом.

Распространен и такой способ. В 1 л теплой кипяченой воды растворяют $^1/_2$ чайной ложки нейтрального моющего средства или мыльной стружки, добавляют немного скипидара. Этот состав наносят на лицевую сторону ковра и равномерно размазывают щеткой, после чего ковер тщательно протирают сначала мокрой, затем сухой тканью и сушат на весу.

Несильно загрязненные ковры и ковровые дорожки можно вычистить, посыпав их мелкой солью. Затем соль сметают веником, промытым в слабом растворе любого универсального синтетического моющего средства ($^1/_2$ чайной ложки на 1 л воды). Вместо соли для чистки годится отжатый спитой чай.

Жирное пятно на ковре можно удалить, протирая загрязненный участок древесными опилками, смоченными в бензине (работу проводить на открытом воздухе).

Застарелые чернильные пятна с ковра снимают спиртом, свежим соком лимона или лимонной кислотой. Вычищенное место промывают водой и насухо протирают полотняной тряпочкой.

Пятна жира и грязи с ковра удаляют бензином, скипидаром, мыльной пеной из порошков для шерсти; белого вина, шампанского, пива — глицерином, подогретым до 40—45 °С; гуталина, мастики для пола, смолистых веществ — скипидаром, бензином, керосином; плесени, сырости — скипидаром или 5-процентным раствором нашатырного спирта.

Сильно загрязненные ковры рекомендуется сдавать в химчистку.

Ковры следует беречь от сырости, следить за тем, чтобы пол и стены под ними всегда были сухими, так как изнаночная сторона ковра легко впитывает влагу. Не реже 1—2 раз в год ковры надо проветривать и подсушивать в теплую сухую погоду, развешивая их каркасной основой наружу в тени.

Если края и углы ковра загнулись кверху, их можно расправить. Для этого потребуется 2 куска тонкой клеенки и чистая влажная тряпка. Одну клеенку стелют под ковер, хорошенько расправляют его, кладут сверху влажную тряпку, снова клеенку и, наконец, какой-нибудь груз. Через 2—3 дня ковер разгладится.

Чтобы на ковре не появились «лысины» от ножек мебели, подложите под них кусочки резины.

Во время переноски ковры не перегибают по горизонтали, а скатывают в рулон.

Нельзя встряхивать ковер, удерживая его за края руками, пришивать петли слишком близко к краю (иначе оторвется кромка), передвигать по нему мебель.

Хранят ковры скатанными в рулон (обязательно сухими и чистыми) и обернутыми бумагой.

Нельзя насыпать непосредственно на ворсовую поверхность ковра нафталин — это портит его.

Чистка светильников. Перед чисткой люстры стеклянные плафоны надо снять и вымыть теплой водой с мылом. С деревянных частей люстры, покрытых лаком, вытереть пыль сухой тряпкой. При необходимости их можно обновить лаком для мебели.

Фарфоровые, стеклянные, керамические детали люстры чистят мокрой намыленной тряпкой, синтетические — протирают сначала влажной, затем сухой тряпочкой. Можно применить аэрозоль «Солвита», пасты «Юра», «Нобе».

Если после мытья и просушки на люстре будут заметны следы от мух, протрите их ваткой, смоченной спиртом. Люстры из анодированного алюминия не следует сильно тереть, чтобы не обесцветить.

Уход за хрусталем, стеклом и зеркалами. Изделия из стекла и хрусталя в домашних условиях чистят раствором нашатыря, затем насухо протирают. Можно воспользоваться препаратами «Нитхинол», «Нобе», «Ипс», «Аметист», «Быстрый», «Секунда-75». Но стеклянную и хрустальную посуду ими мыть нельзя, лучше промыть ее также раствором нашатыря или теплой водой с добавлением средств для мытья посуды («Посудомой», «Прогресс», «Сафо» и т. д.).

Белесый осадок со стенок стакана, вазы, кувшина легко отмывается уксусом, смешанным с солью.

Хрусталь, потерявший блеск, иногда протирают срезом сырой картофелины и прополаскивают после этого в холодной воде, добавив в нее синьку.

Чтобы отмыть позеленевший внутри или покрытый белым мутным налетом графин, надо налить в него немного теплой воды, добавить ложку уксуса и оставить на 2 ч. Затем положить в раствор горсть

крупного песка или рисовых зерен, энергично взболтать и прополоскать графин. Вместо уксуса хорошо использовать соду или нашатырный спирт и класть в раствор толченую яичную скорлупу. Если налет застарелый и не отмывается, попробуйте добавить в раствор ложку отбеливателя для белья.

Зимой на оконных стеклах не раз намерзает ледяная корка. Не смывайте ее горячей водой и не соскребайте ножом. Растворите горсть соли в 0,5 л теплой воды, смочите в этом растворе мягкую щетку и проведите несколько раз по замерзшему стеклу — лед растает на глазах. Когда корка совсем исчезнет, вытрите оконное стекло насухо.

Устойчивый блеск стекол достигается добавлением в воду крахмала (1 столовая ложка на 1 л холодной воды).

Зеркало и стекла в мебели можно мыть смесью равных частей воды и нашатыря (жидкость при этом не должна попадать на полированные деревянные части). Вымытые стекла досуха вытирают мягкой тканью. Пятна от мух удаляют тампоном, смоченным уксусом.

Для чистки зеркал можно приготовить раствор из 1 стакана воды, 1 столовой ложки уксуса и 20 г мела или зубного порошка. Компоненты необходимо тщательно перемешать, прокипятить и дать отстояться. Жидкость (без осадка) слить в бутылочку и при необходимости протирать ею зеркальные поверхности.

Сильно загрязненное зеркало чистят и таким составом: нашатырный спирт смешивают с зубным порошком до образования жидкой кашицы и наносят на поверхность. Когда высохнет, зеркало надо очистить мягкой бумагой.

Чтобы летом на зеркало не садились мухи, протрите его сырой луковицей, разрезанной пополам, а потом чистой влажной тряпочкой.

От влаги в ванной комнате зеркало быстро портится — амальгама по краю начинает осыпаться. Чтобы зеркало дольше сохранилось, приклейте к обратной его стороне по периметру лейкопластырь так, чтобы он захватывал и ребро подзеркальника.

Раз в 2—3 месяца зеркало можно чистить полотняной тряпочкой, смоченной в одеколоне, спирте, холодном чае или просто в воде. Хорошо добавить

в воду немного синьки, которая придаст зеркалу блеск.

Чистка изделий из металла. Изделия из нержавеющей стали помогут почистить пасты «Бытовая-2» и «Кама-75». С их помощью можно удалить пятна ржавчины с латунных, жестяных и оцинкованных предметов.

Порошок «Металлоблеск», пасту «Полимет» применяют для чистки металлических поверхностей, жидкость «Ниро» удаляет пятна ржавчины с них.

Хорошо снимают ржавчину с металлических предметов паста «Суржа», порошок «Санитарный-1», «Автосредство для преобразования ржавчины».

Пастой «АЛ» пользуются для чистки изделий из алюминия, меди, хромированных и никелированных предметов.

Пасты «Асидол» и «Ювелирная» очищают предметы из меди, латуни, бронзы, нержавеющей стали, никелированные и хромированные поверхности.

Паста «Юра» предназначена для ухода за изделиями из неполированного алюминия.

Изделия из меди хорошо чистятся препаратом «Металлин». Его можно приготовить и самим, смешав нашатырный спирт (3 части), мел (1 часть), воду (6 частей). Перед применением жидкость надо взболтать.

Потемневшие бронзовые предметы чистят жесткой щеткой, смоченной горячим уксусом, а затем протирают сухой тряпочкой.

Издавна известны такие подручные средства для чистки изделий из бронзы, как простокваша и отжатый сок от кислой капусты.

Для ухода за бронзовыми предметами можно использовать обычную капусту и золу. Свернутые листья капусты нужно обвалять в золе, протереть ими предметы и вытереть насухо фланелевой тряпочкой.

Начистить до блеска лезвия кухонных ножей и вилок поможет обыкновенная пробка, смоченная растительным маслом.

Самовары хорошо чистить мятыми ягодами бузины.

Школьная чернильная резинка удаляет черноту с металлических предметов.

Блеск изделий из олова можно восстановить, протерев их мягкой тряпочкой, смоченной в подогретом пиве.

Для полировки металлических предметов применяют порошкообразный мел, смоченный смесью воды с нашатырным спиртом (1 : 2).

Ржавчину с рабочего полотна утюга легко очистить сухой поваренной солью, а желтоватый налет — тряпочкой, смоченной в уксусе или в смеси уксуса и нашатырного спирта.

Кипятильник потемнел, покрылся налетом — опустите его в воду с уксусом (1 столовая ложка на 0,5 л воды), доведите до кипения, дайте остыть, после чего почистите кипятильник сухой тряпочкой.

Уход за изделиями из золота, серебра, мельхиора.

Загрязнившиеся золотые украшения погружают в мыльную воду и осторожно протирают мягкой зубной щеткой, особенно места около застежек.

Цепочку моют мыльной водой в бутылке, слегка потряхивая.

В перстнях больше всего пыли скапливается под камнем. Надо навернуть на спичку кусочек ваты, смоченной в одеколоне, глицерине или смеси магнезии с нашатырным спиртом, и аккуратно почистить камень и его оправу сверху и снизу. Затем фланелью отполировать кольцо. Ни в коем случае нельзя чистить оправу острыми предметами, чтобы не повредить.

Чтобы предохранить ювелирные изделия от загрязнений и повреждений, их рекомендуется снимать при работе с химикатами, пользовании косметическими средствами, при стирке белья, чистке овощей, мытье посуды, полов и т. п.

От соприкосновения с влажной кожей на ювелирных украшениях могут появиться темные пятна, поэтому, сняв цепочку, кольцо или браслет, сразу же протрите их сухой фланелью.

Вернуть блеск украшениям из золота или серебра можно, приготовив состав из полстакана мыльной воды и 1 чайной ложки нашатыря. Промойте изделие в этом составе мягкой зубной щеткой, затем ополосните его в чистой теплой воде и вытрите досуха фланелью.

Для чистки изделий из серебра можно использо-

вать кашицу из мела и нашатырного спирта, которую потом смывают водой, а украшение насухо вытирают.

Ювелирные украшения удобно чистить кусочками бархата или вельвета. А потемневшие от времени золотые и позолоченные изделия можно освежить соком лука. Натрите им поверхность, дайте высохнуть, а через 1,5—2 ч сполосните чистой водой и насухо вытрите.

Для чистки серебряных и мельхиоровых украшений выпускаются специальные препараты: «Полимет», «Эра», «Аметист», паста «Ювелирная» и др. Они обладают не только чистящими, но и полирующими свойствами. Жидкостью «Аметист» можно вычистить также золотые и позолоченные изделия.

Изделия из серебра и мельхиора моют в мыльной воде, затем полируют сукном. Сильно потемневшие вещи протирают фланелевым тампоном с пищевой содой и моют. Можно почистить их и зубным порошком или помыть теплой водой с мылом, затем покрыть смесью нашатыря и мела, высушить и протереть суконкой до блеска.

Чтобы серебряные ложки блестели, их сразу же после употребления необходимо окунуть в кипящую воду, в которую добавлено немного пищевой соды.

Серебряные столовые приборы можно почистить и так. Налейте 2 стакана воды в алюминиевую кастрюлю, добавьте по 1 столовой ложке пищевой соды и соли, доведите раствор до кипения и погружайте в него по очереди приборы на 3—5 мин. Выловив из раствора, тщательно вымойте, сполосните и вытрите чистым полотенцем.

Столовые приборы из мельхиора достаточно подержать в воде, в которой варились яйца, вытереть. И эти приборы снова заблестят.

Чтобы серебро долго не темнело, храните его без доступа воздуха завернутым в фольгу или в полиэтилен. Нельзя держать его рядом с резиной — от этого на серебре появляются темные пятна. Серебряные и мельхиоровые солонки темнеют от соли, поэтому насыпайте ее непосредственно перед подачей на стол.

Уход за изделиями из мрамора и гипса. Мрамор хорошо чистится теплым мыльным раствором с добавлением нашатырного спирта (1 чайная ложка на

1 л воды). После чистки вещь полируют кашицей из зубного порошка и воды.

Для придания блеска изделиям из мрамора их смазывают холодной смесью из воска, скипидара и нашатыря, натирают сначала кусочком мягкой шерсти, затем замшей или суконкой. Восстановить блеск мрамора можно также кашицей из толченого мела, разведенного в небольшом количестве воды.

Мраморные пепельницу, пресс-папье и другие изделия поможет избавить от пятен и тусклого налета раствор лимонной кислоты (или несколько капель лимонного сока). Смочите им поверхность и потрите жесткой щеткой или грубой тканью. Когда пятна исчезнут, тщательно промойте обработанные участки мрамора водой и восстановите блеск.

Статуэткам из гипса можно придать белизну с помощью крахмального клейстера. Засохшая пленка легко снимается вместе с грязью.

Уход за изделиями из пластмассы, янтаря, слоновой кости, дерева. Пластмассовые браслеты, бусы, серьги, кольца моют в воде без стирального порошка и мыла. Если бусы очень загрязнены, надо рассыпать их, промыть, высушить и снова нанизать.

Изделия из янтаря и слоновой кости можно мыть в теплой мыльной воде.

Если слоновая кость пожелтела или покрылась пятнами, положите изделие на 10 мин в раствор хлорной извести, после чего осторожно протрите тряпочкой.

Изделия из слоновой кости, чтобы они не желтели, рекомендуется время от времени протирать 3-процентным раствором перекиси водорода или чистить смесью скипидара со спиртом (1 : 3).

Янтарь плохо переносит высокую влажность. Если он загрязнился, быстро промойте его в мыльном растворе этилового спирта с водой (1 : 1), после чего насухо вытрите фланелью.

Деревянные украшения не моют, а только протирают фланелью. Не следует трогать их жирными руками и надевать на шею, если на нее нанесен крем,— останутся пятна.

Уход за книгами. Книги любят воздух, но не переносят пыль и влагу, поэтому во время уборки их

надо снимать с полок и протирать сухой мягкой тряпкой или пылесосить.

Загрязненные обложки протирают тампоном, смоченным нашатарным спиртом, просушивают и вытирают мягкой тканью. Кожаные обложки чистят влажной и слегка намыленной тряпочкой. Когда высохнут, их тоже вытирают мягкой тканью.

Жирные пятна на страницах можно вывести раствором картофельного крахмала (столовая ложка на полстакана воды). Когда крахмал высохнет, его снимают сухой мягкой тряпочкой.

Застарелые жирные пятна удаляют смесью нескольких капель чистого бензина и порошка магнезии (продается в аптеках).

Если страницы запачканы чернилами, смочите пятна 20-процентным раствором перекиси водорода, протрите влажным ватным тампоном, положите сверху и снизу обработанного места 2—3 слоя промокательной бумаги и закройте книгу — промокашка впитает влагу.

Чернильные пятна хорошо выводятся также лимонным соком или лимонной кислотой. Если кляксы не поддаются, можно применить щавелевую кислоту, разбавленную тройным одеколоном.

Плесень с книг удаляют при помощи 2-процентного раствора формалина, нашатырного спирта или перекиси водорода. Одно из этих средств тампоном наносят на участок, покрытый плесенью, прокладывают его с обеих сторон листами плотной бумаги и держат так 10—15 мин. При необходимости процедуру можно повторить 2—3 раза.

Следы от мух на книгах снимают уксусом. Слабые загрязнения от пальцев смывают мылом.

Уход за клеенкой. Клеенка не выносит никаких химических моющих препаратов, трескается от холодной воды, становится клейкой от горячей.

Протирать клеенку нужно влажной, хорошо отжатой тряпкой, а затем чистой мягкой тряпкой вытереть досуха.

Хорошо промывается клеенка теплой водой, в которой варился картофель, после этого ее надо протереть тряпкой, смоченной чистой водой, и вытереть насухо.

Чтобы на клеенке не появлялись трещинки, время

от времени протирайте ее смесью уксуса и молока (1 : 1).

Чтобы удалить с клеенки чернильное пятно, смочите его водой и потрите спичечной головкой. Если пятно сразу не исчезнет — повторите эту операцию.

Уход за зонтом. Мокрый зонт нельзя оставлять сложенным. Раскрывать его для просушки следует лишь наполовину, чтобы не растянулась ткань. Шелковые зонтики при сушке вообще не должны быть раскрыты.

Зонтики лучше всего чистить раствором воды с нашатырным спиртом (полстакана нашатыря на 1 л воды), или смесью равных частей столового уксуса и воды, или мягкой щеткой, смоченной в спирте.

Порыжевшую ткань черного дождевого зонта чистят щеткой, смоченной в отваре крепкого чая и листьев плюща.

Уход за игрушками. Мягкие пушистые игрушки необходимо время от времени мыть в пене из любого туалетного мыла, стараясь при этом не замочить корпус. После этого игрушку надо протереть тряпкой, смоченной в чистой теплой воде, пока не снимется вся пена. Когда игрушка высохнет, расчешите ее. Синтетический порошок применять не рекомендуется.

Игрушки из плюша можно чистить смесью равных частей бензина и крахмала. Смазав этой смесью игрушку, ее сушат, затем чистят щеткой и хорошо проветривают.

Целлулоидные, резиновые, пенопластовые игрушки моют тряпочкой, смоченной в теплой воде с туалетным мылом, после чего протирают тряпкой, смоченной в холодной воде и хорошо отжатой, а затем — сухой тканью.

Шьем, чиним...

Маленькую дырочку на платье следует зашивать тонкой иглой с короткой ниткой. Толстая игла и длинная нить могут увеличить дырку.

Пришивая пуговицу на меховую одежду, не забудьте проложить между пуговицей и мехом папи-

росную бумагу. Когда пуговица будет пришита, бумагу оторвите.

Срезая с одежды пуговицу, подложите между пуговицей и тканью гребенку, чтобы не прорезать дырки.

Пришивая пуговицу к одежде, следует подкладывать с изнаночной стороны квадратик ткани и пришивать его вместе с пуговицей: материал не будет рваться. Можно также с изнаночной стороны ткани пришивать маленькую пуговицу.

Не выбрасывайте старые кожаные перчатки. Вырежьте из них маленькие кружочки и, когда будете пришивать пуговицы к пальто или костюму, подложите их с изнанки.

Чтобы не пришивать каждый раз белый воротничок к школьной форме, достаточно пришить к его изнаночной стороне и к вороту формы три кнопки: две по краям и одну посередине.

Чтобы застежки на юбке не расходились, следует пришить с одной стороны крючок и петлю и с другой крючок и петлю.

Чтобы шелк при шитье не цеплялся за руки, нужно потереть пальцы мелкой наждачной бумагой или пемзой.

Толстый материал будет легче шить, если смазать иголку мылом.

Чтобы ткань из тонкого шелка на срезе не осыпалась, нужно резать ее острыми ножницами, края которых хорошенько нагреть.

Чтобы сделать петлю для пуговицы на материале, который осыпается, нужно нагреть нож, натереть его воском и проткнуть место, где должна быть петля: воск скрепит концы нити и облегчит обметку петли.

Если простыня немного поредела в середине, ее можно обновить. Для этого распорите боковые швы, разрежьте простыню вдоль пополам, соедините боко-

вые части и прострочите. Простыня еще долго прослужит вам.

Сильно закрученные шерстяные нитки распрямятся, если их намотать на плотный картон и пропарить через мокрую тряпку горячим утюгом. Когда нитки высохнут, их можно смотать в клубок.

Если надо прострочить на машине вещь из тонкой ткани (шифон, крепдешин), подложите под материал тонкий лист белой бумаги.

Если швейная машина «не берет» резину или пластик, рекомендуется натереть нужное место свечкой, и стежка «пойдет».

Прежде чем строчить на машине клеенку, смажьте ее с обеих сторон мылом или тальком.

Если ножницы затупились, порежьте ими наждачную бумагу или обыкновенную иглу.

Если швейная машина застопорилась, проверьте, не забилась ли пыль под иглу, не загустело ли машинное масло. Тряпочкой, смоченной в бензине, надо хорошенько протереть доступные детали, затем смазать машинным маслом.

Если нужно подремонтировать или перешить трикотажную одежду, делать это следует на швейной машине. Под трикотаж надо подложить полоску хлопчатобумажной ткани или ленту и прострочить ее вместе с трикотажем.

Иглы, булавки, забытые в одежде, могут причинить серьезные неприятности. Поэтому держать их лучше всего в специальных подушечках.

Нитки на катушке всегда кажутся более темными, чем в мотках. Поэтому, чтобы правильно подобрать цвет ниток, нужно брать те, что чуть темнее ткани.

Чтобы шерстяная нитка легко прошла в ушко иглы, намыльте и заострите ее кончик.

Закончив шитье, нельзя откусывать нитку — это вредно для зубов.

Чтобы определить, из какого волокна сделана та или иная ткань, нужно знать, что:

хлопчатобумажные и льняные нити быстро сгорают и дают запах горящей бумаги или ваты, зола после сгорания имеет белый цвет;

нити шерсти и натурального шелка сгорают медленно и выделяют запах паленого волоса, при сгорании на конце нити образуется темный спекшийся шарик;

волокно из ацетатного шелка горит медленно и плавится, образуя черный пузырчатый угольный шарик;

капрон и другие синтетические волокна при сгорании образуют твердые сплавившиеся шарики.



ЧИСТИМ САМИ

Общие рекомендации по химической чистке одежды

Костюмы, пальто, платья и другую верхнюю одежду обычно сдают для чистки в специальные пункты химчистки, но может случиться, что предприятия бытового обслуживания поблизости нет, а пятно — вот оно, свежее... Как же вывести его в домашних условиях? Кто-то посоветовал протереть его бензином, другой утверждает, что в данном случае помочь может только уксус, третий предлагает ацетон. Какой же из советов верный? Многие пособия по домоводству учат, как справиться с подобными маленькими происшествиями.

Однако, пользуясь советами, мы нередко забываем, что за последние годы состав тканей существенно изменился. Неудивительно, что старое, испытанное, казалось бы, средство вдруг оказывается несостоятельным: ткань расползается, а пятно упорно не поддается чистке. Многие, к примеру, предпочитают выводить пятна ацетоном, забывая о том, что он растворяет ацетатные, триацетатные, хлориновые, полихлорвиниловые волокна. Так же коварно действие уксуса.

Вот почему на современной фабричной одежде обязательно пришивается маленькая бирка, указывающая, как нужно чистить, стирать, гладить данное изделие.

Существуют некоторые общие правила, которых следует придерживаться, чтобы быстро и аккуратно

удалить пятно с одежды. Не откладывайте эту операцию: чем старее пятно, тем труднее его вывести.

Прежде всего надо точно установить происхождение пятна. Любой пятновыводящий препарат необходимо заранее опробовать на кусочке ткани или на внутренней складке одежды, чтобы убедиться в стойкости окраски ткани и самих волокон к действию веществ, входящих в состав пятновыводителя. Важно помнить, что большинство пятновыводителей нельзя использовать для чистки ацетатных тканей, а также тканей с пропиткой (типа «болонья»). В домашних условиях для выведения жирных пятен с ацетатных тканей можно применять только бензин или мыло.

Пятна следует выводить при хорошем освещении, лучше всего днем.

Прежде чем выводить пятно, следует очистить изделие от грязи и пыли щеткой: это уменьшит возможность образования вокруг очищенного участка ткани ореола. Можно также смочить ткань вокруг пятна водой (в случае выведения масляных и жирных пятен).

Одежду, с которой нужно вывести пятна, кладут на чистый стол и подкладывают под него кусочек чистого полотна.

Выводить пятна положено от краев к середине, иначе опять-таки может образоваться ореол, избавиться от которого еще труднее.

Употребляя для удаления пятен бензин, надо смочить им чистую тряпочку, легко отжать ее, чтобы жидкость не стекала на ткань, и смочить не только пятно, но и чистую ткань вокруг него. Смоченное место надо равномерно протирать до тех пор, пока оно совершенно не просохнет, чтобы не образовались подтеки, вычистить которые иногда не удается. Тереть надо легко, вращательными движениями. Ткань, очищенную бензином, не следует гладить, пока она полностью не высохнет. Кстати, бензин надо брать очищенный (для зажигалок, он продается в хозяйственных магазинах); от неочищенного пятна не только не исчезнут, но даже увеличатся.

Помните: бензин огнеопасен и токсичен. Работая с ним, соблюдайте осторожность: нельзя в это время курить, зажигать спички, включать газ, электроприборы. Чистить одежду бензином лучше всего во дво-

ре, на балконе или у открытого окна. Почищенную вещь необходимо хорошо проветрить на воздухе.

Как удалять пятна

Жирные пятна. Свежее жирное пятно сразу же посыпьте солью и меняйте ее до тех пор, пока пятно не исчезнет. Еще лучше посыпать пятно тальком, накрыть промокательной бумагой и прогладить не очень горячим утюгом. Тальк можно оставить до следующего дня.

Свежие жирные пятна со светлых тканей можно удалить, сразу посыпав загрязненный участок порошком мела. Мел оставляют на 2—4 ч, затем стряхивают. При необходимости операцию повторяют.

Если на воротнике верхней одежды появились засаленные места, протрите их ватным тампоном, смоченным раствором поваренной соли и 10-процентного нашатырного спирта (5 г соли на 25 г нашатырного спирта).

Свежие жировые и масляно-смоляные пятна легко удаляются растворителями типа бензина. Однако при таком способе чистки вокруг пятна часто образуется ореол, который изчезает только после химчистки. Застарелые жировые пятна протирают белым мылом, разведенным в бензине (1 : 10), и через час смывают бензином. Свежие жировые пятна на шерстяных тканях хорошо выводить теплым мыльным раствором. Если не помогает, воспользуйтесь бензином либо нашатырным спиртом пополам с горячей водой.

Можно сделать и так: взять полстакана чистого спирта, добавить в него чайную ложку нашатырного спирта и $^1/_2$ чайной ложки бензина. Затем этой смесью пропитать пятна и дать высохнуть ткани.

Жирные пятна со светлых тканей можно вывести и раствором нашатырного спирта (чайная ложка) в холодной кипяченой воде (2 столовые ложки).

Жирное пятно с шерстяной или шелковой ткани черного цвета можно вывести раствором нашатырного спирта и заварки чая (чайная ложка нашатыря и 2 чайные ложки заварки). Под пятно подкладывают чистую тряпочку. Щеткой, смоченной в растворе, трут пятно до тех пор, пока оно не исчезнет. Затем щеткой, смоченной в чистой воде, чистят место, где

было пятно. Так же можно чистить воротники костюмов и пальто.

Старое пятно от жира сначала потрите бензином, а потом промойте водой с мылом.

Жирные пятна на хлопчатобумажной ткани смачивают скипидаром и через промокательную бумагу проглаживают теплым утюгом.

Жирные пятна с изделий из джерси удаляют кашицей из порошка для стирки шерсти. Ее втирают в пятно, а через 20 мин смывают теплой водой, подложив с изнанки сложенное в несколько слоев чистое полотенце, чтобы на ткани не осталось подтеков. Можно добавить к густой кашице немного светлого бензина (качество чистки от этого улучшится), предварительно убедившись, что бензин не повредит вещь. Однако надо знать, что составом с примесью бензина нельзя чистить изделия из джерси на поролоне.

Жирные пятна с ковра удаляют кашицей из бензина и синтетического стирального порошка. Кашицу тщательно втирают в пятно и оставляют на ночь, а утром смывают горячей водой. Если пятна давние, чистку повторяют.

Пятна от растительного масла, шпрот и других консервов в масле легко выводятся керосином. Пятно протирают смоченным в керосине тампоном, затем вещь выстирывают в теплой воде с мылом.

Распространен и такой способ. Пятно посыпают зубным порошком (или тальком), который поплотнее прижимают к ткани и оставляют на ночь. Затем аккуратно стряхивают порошок и окончательно счищают его, легко касаясь щеткой,— пятно исчезнет.

Жирные пятна на обоях можно вывести, намазав их кашицей из зубного порошка и бензина. На следующий день засохшую кашицу надо счистить щеткой. Застарелое пятно, возможно, придется обработать дважды.

Пятна от рыбьего жира удаляют водой с примесью уксуса.

Пятна от яиц. Их надо выводить своевременно, так как входящие в состав яйца белковые вещества со временем превращаются в нерастворимые соединения и не поддаются выведению. Свежие пятна от яиц можно удалить водой с добавлением нашатырного спирта, старые — глицерином или смесью глицерина

с нашатырным спиртом. Глицерин подогревают до 35—40 °С, щеточкой протирают им пятно, оставляют на 15—20 мин, затем ткань стирают.

Пятна от яичного белка выводят с помощью средств «Минутка», «Моментальный», отбеливателя «Белизна».

Пятна от молока, мороженого. Пятна от молока и прочих продуктов, содержащих белки, необходимо немедленно смывать теплой, но не горячей водой. Иначе белок заварится, и справиться с пятном будет труднее.

Если пятно на светлой ткани довольно большое, вещь погружают в теплую воду с мылом, затем прополаскивают.

Если ткань цветная, лучше воспользоваться смесью из 2 столовых ложек глицерина, 2 столовых ложек воды и нескольких капель нашатырного спирта. Пятно смачивают смесью, помещают между двумя слоями белой хлопчатобумажной ткани и проглаживают.

Цветные шерстяные ткани пропитывают нагретым до 35 °С глицерином в течение 10 мин, после чего смывают водой с мылом, прополаскивают в теплой и холодной водах.

Пятна от молока удаляют также с помощью препаратов «Тип-топ», «Минутка», моющих средств типа «Био», «Ферментa», отбеливателя «Белизна».

Пятна от шоколада, кофе, какао, чая. С хлопчатобумажных и льняных тканей пятна от чая, кофе можно удалить с помощью отбеливателей «Пермский», «Звезда», «Уральский».

Свежее пятно от шоколада достаточно протереть раствором нашатырного спирта или смыть сильно подсоленной водой. Застарелые пятна на белых вещах можно вывести перекисью водорода, пропитав ею ткань и подержав 10—15 мин. После чего вещь прополаскивают в холодной воде.

Пятна от чайной заварки надо удалять сразу: всю вещь постирайте в теплой воде с мыльной пеной.

Старое пятно от чайной заварки потрите тряпочкой, смоченной в теплом растворе щавелевой кислоты (2—3 г на стакан воды), а через некоторое время тщательно сполосните теплой водой.

Пятна от кофе или крепкого чая протирают щеткой, смоченной в теплой воде. Затем всю вещь стирают в теплом мыльном растворе ($^{1}/_{2}$ чайной ложки кальцинированной соды или 1 чайная ложка нашатырного спирта на 1 л воды) и дважды прополаскивают в теплой и один раз в холодной, слегка подкисленной уксусом воде.

Со светлых тканей пятна от шоколада, кофе, какао выводят подогретым до 35 °С глицерином. Им смазывают запачканное место, а через 15—20 мин промывают теплой водой и высушивают полотенцем. Свежие пятна можно выводить также смесью нашатырного спирта с глицерином (1 : 4), старые же на светлой ткани — раствором щавелевой кислоты ($^{1}/_{2}$ чайной ложки на стакан воды) или раствором гипосульфита (1 чайная ложка на полстакана воды). После того как вещь вычищена одним из этих средств, ее следует выстирать в мыльной воде, добавив на 1 л воды две чайные ложки нашатырного спирта, и хорошенько прополоскать в теплой воде.

Пятна от фруктов и овощей. Свежие пятна легко смываются теплой водой.

Старые пятна от фруктов можно вывести как раствором лимонной или щавелевой кислоты (2 г на стакан воды), так и слегка подогретым нашатырным спиртом (бутылку с нашатырем греют в кастрюле с горячей водой).

Пятна от фруктов с белой ткани попробуйте вывести таким раствором: $^{1}/_{2}$ чайной ложки перекиси водорода, смешанной пополам с нашатырным спиртом, растворите в стакане горячей воды. После чистки ткань сполосните водой.

С шелковых тканей фруктовые пятна можно вывести водным раствором спирта (1 : 1).

Чтобы удалить пятно от яблока, замочите платье в холодной воде, затем постирайте в теплой, добавив в нее несколько столовых ложек нашатырного спирта. Если пятно не очень старое, оно исчезнет.

Фруктовые пятна не натирайте мылом, от этого они только закрепляются.

Свежие пятна от помидоров, свеклы, краснокочанной капусты смываются теплой водой с мылом. Старое пятно увлажните и посыпьте лимонной кисло-

той. Через несколько минут сполосните очищенное место в большом количестве воды.

Пятна от масляной краски. Свежие пятна протирают ваткой, смоченной скипидаром, ацетоном или керосином, затем, если окраска ткани от этого не изменяется,— нашатырным спиртом, пока пятна не исчезнут.

Пятно от масляной краски можно вывести также бензиновым мылом, смешав его со скипидаром в соотношении 1 : 1. Смесь втирают в пятно. После его растворения краску осторожно счищают, обработанное место протирают влажным ватным тампоном.

Свежее пятно масляной краски с шерсти исчезнет, если протереть его тампоном, чуть смоченным подсолнечным маслом, но ни в коем случае не оливковым.

Старое пятно сначала надо смочить горячим скипидаром, а когда краска размягчится, счистить ее концентрированным раствором пищевой соды и тщательно промыть очищенное место теплой водой.

Пятна от крови. Свежие пятна крови не пытайтесь отстирать горячей водой. От этого содержащийся в крови белок свертывается, прочно связывается с волокнами ткани, и темный след не удалить уже ничем. На этот случай нет ничего лучше холодной воды. Оставшийся после промывания ею след отстирайте в теплой воде с хозяйственным мылом или стиральным порошком.

Можно сделать и так: 3 чайные ложки пищевой соды смешать с 1 чайной ложкой нашатырного спирта и этим составом протереть пятно, после чего смочить его перекисью водорода и замыть теплой водой.

Застарелые пятна крови с ткани удаляют такими способами: 1) ткань замачивают в растворе поваренной соли (1 столовая ложка на 1 л холодной воды), потом отстирывают в теплой воде с хозяйственным мылом или стиральным порошком; 2) пятна сначала протирают раствором нашатырного спирта (1 чайная ложка на стакан воды), а затем раствором буры (1 чайная ложка на стакан воды), после чего вещь стирают в теплой воде.

С тонких шелковых тканей пятна крови снимают картофельным крахмалом, замешанным в тесто на

холодной воде. Полученным составом покрывают поверхность пятна и дают ему высохнуть. Потом крахмал стряхивают, а вещь простирывают.

Пятна от крови можно вывести с помощью препарата «Моментальный», а с хлопчатобумажных и льняных тканей — отбеливателями «Белизна», «Лилия-3».

Пятна от пота. Такие пятна надо чистить своевременно, не дожидаясь, пока ткань в местах загрязнений потеряет цвет: при чистке восстановить его уже не удается.

Пятна от пота снимают раствором гипосульфита натрия (неполная чайная ложка на стакан воды). Очищенное место промывают теплой кипяченой водой.

С шелковой подкладки такие пятна выводят смесью нашатырного спирта и денатурата в равных частях.

Пятна от пота на шерстяных изделиях удаляют тряпочкой, смоченной в крепком растворе соли. Если пятна будут все же заметны, нужно протереть их спиртом.

Воротники и обшлага рукавов очищают бензиновым мылом, смешанным с равным количеством нашатырного спирта. Состав втирают в сильно загрязненные места, замывают теплой водой и прополаскивают в теплой воде с уксусом.

Хорошо удаляет пятна пота с любых тканей смесь нашатырного спирта, поваренной соли и воды (1 : 1 : 10). Можно использовать для подобной чистки также раствор нашатыря и этилового спирта (в равных количествах). После удаления пятен любым из этих способов изделие прополаскивают теплой водой.

Пятна от пота исчезнут, если при стирке добавить в воду немного нашатырного спирта (1 чайная ложка на 1 л воды).

Пятна от чернил. Универсальным препаратом «Пятновыводитель чернильных пятен» можно вывести пятна от чернил любого цвета, вида и с любой ткани.

С тканей всех видов чернильные пятна выводятся жидкостью «Пятноль», а с хлопчатобумажных, шерстяных, шелковых, синтетических — жидкостью

«Нямунас». Жидкий препарат «Моментальный» удаляет пятна от чернил с белых прочно окрашенных тканей из хлопка, шерсти, синтетики.

Чернильные пятна со всех видов прочно окрашенных тканей, кроме ацетатных, снимает смесь столового уксуса, денатурата и глицерина (10 : 4 : 1).

Для удаления пятен с белых тканей применяют смесь перекиси водорода и нашатырного спирта (1 чайная ложка на стакан теплой воды). Смоченную в растворе ватку прикладывают к пятну, после чего ткань моют теплой водой.

Застарелые чернильные пятна на цветных тканях надо залить смесью скипидара и нашатыря (1 : 1), а после исчезновения пятен все изделие выстирать и прополоскать.

Шелковые ткани, запачканные чернилами (черными или красными), чистят так: на пятна накладывают кашицу из горчицы и оставляют на сутки, затем кашицу соскабливают и полощут вещь в холодной воде. Свежие пятна красных чернил можно вывести раствором нашатырного спирта, затем прополоскать в чистой холодной воде.

С кожи чернильное пятно лучше всего сводить, втирая в него теплый глицерин или смесь глицерина с денатуратом. Обесцвеченное место подкрасить. Можно воспользоваться и таким способом: покрыть чернильное пятно толстым слоем влажной соли и оставить на 2 дня. Затем соль стряхнуть, протереть губкой или тряпочкой, смоченной скипидаром, и начистить до блеска.

При выведении чернильных пятен рекомендуется использовать защитный круг из парафина, чтобы пятно не растекалось. Делают это так: расплавляют парафин и вазелин в равных частях, затем на спичку наматывают ватку и, окунув ее в горячий сплав, обводят защитный парафиновый круг так, чтобы сплав пропитал ткань насквозь. Когда сплав остынет, приступают к удалению пятна, после чего материю присыпают пищевой содой и прополаскивают в воде. Затем защитный парафиновый круг проглаживают горячим утюгом через промокательную бумагу, которую несколько раз меняют до полного удаления парафина. Удаляя чернильное пятно, под него можно насыпать картофельной муки, которая впитает в себя избыток жидкости и не даст пятну растечься.

Засохшее чернильное пятно на шерстяной ткани нужно смочить керосином, через некоторое время прополоскать в чистом керосине и простирнуть в чистой воде, затем вывесить вещь на открытом воздухе, чтобы выветрился запах керосина.

Чернильные пятна на шелковых и шерстяных тканях можно протереть ваткой, смоченной очищенным скипидаром, сменяя ее несколько раз по мере загрязнения, затем промыть теплой водой.

Для цветных изделий, запачканных чернилами, пригодна смесь из глицерина и денатурата (2 : 5).

С любых тканей можно вывести чернильное пятно сразу же, если насыпать на него соли, полить лимонным соком, подождать, пока исчезнет пятно, и прополоскать ткань несколько раз.

Свежие чернильные пятна легко отстирываются теплым парным молоком или простоквашей.

Пятна гуаши и акварельных красок смывают холодной водой.

Свежие пятна туши надо немедленно обильно смочить пресным молоком, а через несколько минут прополоскать теплой водой. Повторять этот прием до тех пор, пока пятно не исчезнет. Можно также попробовать чистить лимонной кислотой.

Пятна на одежде от черных чернил быстро сходят, если испачканное место подержать несколько минут в небольшом количестве горячего молока.

Пятна от красных чернил исчезнут, если их смазать горчицей, оставить так на день, а потом промыть водой.

Пятна от горячего утюга. Пятно смачивают соком репчатого лука и оставляют на несколько часов, после чего вещь стирают, и пятно исчезает.

Небольшие подпалины на ткани протрите половинкой сырой луковицы, замочите ткань в холодной воде, через час-два окончательно ототрите пятно.

Если же пятно большое, на него надо положить кашицу из тертого репчатого лука и оставить на некоторое время, затем хорошо прополоскать в холодной воде. Можно также смочить пятно борной кислотой, а после этого простирнуть ткань в воде комнатной температуры.

С белых тканей подпалины хорошо удалять смесью из полстакана воды, 1 чайной ложки переки-

си водорода и нескольких капель нашатырного спирта.

Подпалины от утюга можно смочить водой и посыпать бурой. Когда вещь высохнет, встряхнуть ее. Если пятна не исчезли, нужно намочить их перекисью водорода и прогладить.

Подпаленное утюгом светлое льняное платье, скатерть, салфетку или полотенце из хлопчатобумажной ткани можно замочить на ночь в небольшом количестве раствора воды с кислым молоком (поровну). Подпалины исчезнут.

Следы от утюга выводят также с помощью отбеливателя «Белизна».

Пятна от марганцовокислого калия. Они бесследно исчезают, если загрязненное место намочить в сыворотке или простокваше. С белой ткани такое пятно можно удалить раствором щавелевой кислоты (1 чайная ложка на полстакана воды) или 10-процентным раствором гипосульфита натрия. После чистки изделие стирают в горячей, затем в теплой воде.

Пятна от смолы. Пятна от смолы выводят с помощью препаратов «Вици», «Моментальный», «Сопал», «Минутка».

С темных шерстяных тканей пятно от смолы легко удалить плотной тряпкой, смоченной в очищенном скипидаре, а с белых — мыльным спиртом.

С хлопчатобумажных тканей пятна смолы хорошо выводить скипидаром или бензином, промывая затем обработанное место мыльной водой. Большое и застарелое пятно следует сначала смочить несколько раз скипидаром, а когда смола растворится, протереть спиртом, после чего промыть водой.

И еще один способ. Пятна от смолы соскабливают и заливают смесью спирта и скипидара (1 : 1). Ткань проглаживают через промокательную бумагу и насухо вытирают.

Пятна от мастики, обувных кремов, солидола. Их удаляют так же, как и пятна от жиров,— бензином, скипидаром или денатуратом. Можно простирнуть запятнанные участки в мыльном растворе с нашатырным спиртом.

Пятно черного, коричневого или желтого крема

для обуви на белом платье надо смочить бензином, застирать в 10-процентном растворе аммиака, затем потереть денатуратом.

Пятно от мастики для пола поможет вывести паста «Минутка».

Пятна от хны. Смачивают раствором нашатырного спирта, перекиси водорода и воды (1 : 5 : 5) и через 15—20 мин смывают теплой водой.

Пятна от йода. Их засыпают пищевой содой, поливают сверху уксусом и оставляют на ночь, а утром прополаскивают вещь в воде с мылом.

Застарелые пятна от йода со светлой ткани можно вывести, нанеся на них жидкую кашицу из крахмала на 10—12 ч, а затем прополоскать ткань в теплой воде с мылом.

Пятна от ржавчины. Их можно удалить с помощью уксусной или щавелевой кислоты (1 чайная ложка на стакан воды): нагреть раствор почти до кипения, на короткое время опустить в него ткань с пятном и тщательно промыть, добавив в воду щепотку пищевой соды или нашатырного спирта. Если с одного раза ржавчина не исчезнет, ткань с пятном опустить в раствор несколько раз.

С белых тканей ржавые пятна выводят еще таким способом: ткань с пятном опускают в 2-процентный раствор соляной кислоты и держат, пока не сойдут пятна, затем ткань хорошо прополаскивают, добавляя на каждый литр воды по 3 столовые ложки нашатырного спирта.

Пятна от ржавчины на ткани смочите лимонным соком, потом ополосните ее теплой водой. Кроме сока лимона можно использовать раствор уксуса (2 столовые ложки на стакан воды). Его надо подогреть в стеклянной или эмалированной посуде на водяной бане примерно до 80 °С. Участок ткани с пятном погружают в раствор на 5 мин, а потом прополаскивают теплой водой, в которую неплохо добавить немного нашатырного спирта.

С синтетических тканей ржавчина обычно легко отходит благодаря строению их волокон. Бывает достаточно стирки в теплой воде со стиральным порошком.

С хлопчатобумажных, льняных, шерстяных тканей ржавое пятно можно вывести «Пятновыводителем ржавых пятен».

С цветных тканей их удаляют смесью глицерина, мыла и воды (1 : 1 : 1). Ею натирают пятно, а через сутки вещь надо выстирать и прополоскать.

Пятна от воска и стеарина. Нужно соскоблить, затем положить на пятно влажную отжатую тряпочку, покрыть несколькими слоями промокательной бумаги (бумажных салфеток) и прогладить теплым утюгом. Следует менять бумагу, пока не исчезнет пятно.

Пятна на плюше и бархате можно вывести спиртом или скипидаром. Пользоваться утюгом нельзя.

Пятна от косметики. Пятна от духов, одеколона удаляют препаратом «Минутка», «Выводителем пятен органического происхождения» (с любых тканей, кроме ацетатных). Для выведения пятен от косметического крема предназначены паста «Минутка», аэрозоль «Аэропятновыводитель»; с любых тканей, кроме ацетатных,— жидкость «Выводитель пятен органического происхождения» (им же можно вывести и пятно от губной помады).

Пятно от губной помады засыпают бурой. Затем ткань прополаскивают сначала в мыльной, затем в чистой воде. Можно смазать пятно вазелином, а затем застирать мыльной водой. Пятна на красящих тканях выводят смесью эфира и скипидара (1 : 1). На изделиях из джерси пятно сначала обрабатывают густой кашицей из бензина и талька, затем протирают горячим глицерином.

Химическую помаду выводят так же, как и чернильные пятна.

Пятна от косметических кремов удаляют также спиртом или бензином, пятна от краски для волос — перекисью водорода, смешанной с равным количеством нашатырного спирта.

Пятна от одеколона и духов исчезнут, если их сразу же протереть спиртом. Застарелые пятна с белых тканей можно удалить смесью нашатырного спирта и перекиси водорода (1 : 1).

Пятно от духов на шерсти сначала смачивают чистым глицерином или винным спиртом, а затем

протирают ацетоном или серным эфиром. Пятно на светлых тканях можно вывести таким образом: сначала смочить нашатырным спиртом, затем — раствором гидросульфита (4 г на стакан воды), а через 2—3 мин — раствором щавелевой кислоты (5 г на стакан воды).

Пятна от керосина. Со светлой ткани можно вывести раствором нашатырного спирта и воды (1 : 8). С шерстяных тканей пятна от керосина удаляют бензином, с хлопчатобумажных — смывают теплой водой с мылом, прополаскивают, а затем проглаживают теплым утюгом.

Пятна от силикатного клея устраняются промыванием запачканной ткани в теплой (50—60 °С) подкисленной воде (1 столовая ложка уксуса на 1 стакан воды).

Пятна от зелени. С любых тканей, кроме ацетатных, их можно вывести «Выводителем пятен органического происхождения», с льняных и хлопчатобумажных — отбеливателем «Белизна».

С белой ткани застарелые пятна выводят перекисью водорода, затем вещь стирают и полощут в теплой воде.

Пятна на цветных и крашеных тканях снимают нашатырным спиртом, предварительно проверив, не изменится ли от него окраска.

Пятна от зелени можно удалить водкой, а еще лучше — денатуратом. Кроме того, травяные пятна снимают раствором соли (1 чайная ложка на полстакана теплой воды). После удаления пятна ткань необходимо ополоснуть в теплой воде.

С белых тканей травяные пятна выводят 3-процентным раствором перекиси водорода, к которой добавляют несколько капель нашатырного спирта.

Свежее травяное пятно на одежде можно промыть теплым мыльным раствором с нашатырным спиртом (1 чайная ложка на стакан мыльного раствора).

Пятна от мух. Их удаляют разбавленным в воде нашатырным спиртом (1 : 10). Застарелые пятна выдерживают в течение 3—5 ч в мыльном растворе с небольшим количеством бензина (смесь перед упо-

треблением необходимо взбалтывать). Затем пятна чистят щеткой, смоченной в мыльном растворе.

Пятна от плесени. С хлопчатобумажных тканей выводят следующим образом: пятно покрывают слоем мелко истолченного сухого мела, сверху кладут промокательную бумагу и проводят по ней несколько раз горячим утюгом.

На шелковой или шерстяной ткани такие пятна сначала чистят скипидаром, затем покрывают тонким слоем сухой белой глины, сверху кладут промокательную бумагу и проглаживают теплым утюгом.

Пятна от плесени бледнеют, а то и вообще пропадают, если, пока они еще свежие, натереть их пахтой или соком свежих помидоров. Спустя некоторое время ткань надо сполоснуть в большом количестве воды. Можно устранить пятна и перекисью водорода, смешанной с небольшим количеством уксуса.

Трудно удалять застарелые пятна плесени. Их следует промыть в теплой мыльной воде и тщательно протереть гипосульфитом натрия (1 чайная ложка на стакан воды).

Кашица из лука поможет удалить пятна от плесени на хлопчатобумажной или льняной ткани. Ею несколько раз натирают пятно, а потом стирают ткань в горячей воде со стиральным порошком.

Пятна от лака. Их удаляют смесью денатурата и ацетона (1 : 1) или винным спиртом. Пятна от масляного лака удаляют так же, как и пятна от масляных красок.

Если эффект не достигнут названными средствами, то запятнанное место обрабатывают 3-процентным раствором перекиси водорода и промывают водой.

Пятна от красного вина и ягод. Свежие пятна снимают кашицей из поваренной соли и воды, через полчаса промывают мыльной водой, а затем изделие прополаскивают в теплой воде.

Кроме того, пятна от красного вина можно удалить раствором марганцовокислого калия, смочив им запачканное место, а погодя несколько минут протереть раствором перекиси водорода (1 чайная ложка

на стакан теплой воды). Бурое пятно после марганцовки можно обесцветить раствором кислой фиксажной соли, применяемой в качестве закрепителя в фотоделе (1 чайная ложка фиксажной соли на стакан теплой воды). После удаления пятна ткань сполоснуть теплой водой. Вместо перекиси водорода можно применить гидроперит (1 таблетку растворить в стакане теплой воды). Способ применения тот же.

Пятна от красного вина на белой скатерти исчезают, если ее опустить в кипящий раствор «Персоли» и прополоскать. Пятна на цветной скатерти намылить, добавив на 1 л горячей воды ложечку нашатырного спирта.

Пятна от белого вина, пива, шампанского, ликера. Пятна от белого вина, ликеров, шампанского удаляют теми же способами, что и пятна от красного вина.

С белых и прочно окрашенных тканей их удаляют раствором высококачественного мыла, пищевой соды и воды (5 г мыла, $^1/_2$ чайной ложки соды на стакан воды). Этим раствором смочить пятно, а через сутки смыть его теплой водой и тщательно выполоскать.

Можно оттереть такое пятно кусочком льда. Если нет льда, воспользуйтесь очень холодной водой.

Застарелые пятна от белого вина рекомендуется выводить смесью белого мыла, скипидара, 10-процентного нашатырного спирта (10 : 2 : 1). Смесью протереть пятно, промыть его сначала в теплой воде с мылом, затем выполоскать в холодной воде.

Пятна от пива на любых тканях обычно отстирываются водой с мылом. Можно также воспользоваться препаратами «Минутка», «Ирень». Застарелые пятна чистят смесью глицерина, винного и нашатырного спирта, взятых в равных частях. 3 части этой смеси добавляют к 8 частям воды и протирают пятно.

◇ Многие хозяйки, наверное, не раз убеждались в том, как полезно самой уметь в домашних условиях при необходимости почистить вещь, вернуть ей первоначальный опрятный вид. Об элементарных навыках в этом деле говорилось в начале раздела. Добавим, чтобы малейшая неприятность не застала вас врасплох, под рукой всегда должен быть набор необходи-

мых химических веществ: эфир, бензин, нашатырный спирт, глицерин, скипидар, денатурат, лимонная кислота, винный уксус, уксусная эссенция, наполовину разбавленная водой, порошки для стирки шерсти, шелка, синтетики.

Следует позаботиться о том, чтобы все эти химические вещества хранились плотно укупоренными в недоступном для детей месте.

◇ Хороший помощник — поваренная соль. Например, платье из темного шелка или тафты долго сохранит свой блеск, если после стирки его полоскать в теплой воде с солью (1 стакан на 8—10 л воды). Изделия из набивного шелка не утратят первоначальной яркости красок, если их полоскать в холодной воде с добавлением соли (1 стакан на 1 л воды).

◇ Добрую услугу может оказать также кофейная гуща. С ее помощью можно придать блеск изделиям из темной кожи. Для этого несколько ложек слегка влажной гущи нужно завернуть в шерстяную или фланелевую тряпочку и энергичными движениями натереть туфли, портфель, сумку, перчатки и т. д.

◇ Чтобы почистить пуховый платок, надо посыпать его крахмалом или тальком и слегка перетереть, а потом осторожно вытряхнуть.

◇ Пух и перья из подушек чистят так: пересыпают их в марлевый мешок и опускают в мыльный раствор (кусок хозяйственного мыла, чайная ложка нашатырного спирта на 5 л воды) и держат так около часа. Затем тщательно промывают в чистой воде.

◇ С помощью жидкости «Агидель» можно удалить жирные пятна с любых тканей, в том числе и застарелые.

◇ Жидкий препарат «Сопал» облегчает выведение пятен от растительных и животных жиров, смол с хлопчатобумажных, льняных, шелковых, вискозных, капроновых и лавсановых тканей.

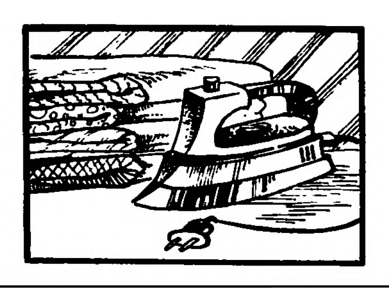
◇ Паста «Минутка» удаляет пятна от пищевых и машинного масел, смол, духов, гудрона, мастики для пола.

◇ Аэрозоль «Аэропятновыводитель» предназначен для выведения небольших пятен от дегтя, масла, соусов, смазок, жиров, крема с текстильных и трикотажных тканей.

◇ Быстро удаляют свежие пятна с одежды аэрозоли «Момент» и «Оригинал», а также жидкость «Средство для выведения жирных пятен».

◇ Жирные и масляные пятна органического происхождения со всех тканей можно вывести пастой «Ирень».

◇ Свежие пятна от масляных красок хорошо снимаются препаратами «Вици», «Моментальный».



СТИРАЕМ, ГЛАДИМ...

Секреты стирки

Стирка белья, как и всякий другой домашний труд, если его не организовать рационально,— дело отнюдь не простое, тем более, что к легким видам домашних работ стирку не отнесешь.

Готовясь к стирке, надо вначале рассортировать белье. Сильно загрязненные вещи (кухонные полотенца, тряпки, спецодежду) следует стирать отдельно. Мелкие и крупные вещи — порознь, светлое белье нельзя смешивать с вещами из темных и линяющих тканей. Сортируя вещи, не забудьте вынуть из карманов посторонние предметы — носовые платки, губную помаду, булавки, карандаши и т. д. Красивые пуговицы, пряжки, линяющую отделку лучше отпороть.

Прежде чем приступить к стирке, надо проверить, дает ли усадку ткань. Для этого берут небольшой лоскут (если изделие куплено готовым, вырезают кусочек с боковых швов). По величине его вырезают кусок картона. Лоскут держат в теплой воде около получаса. Высушив, кладут на картон, чтобы увидеть, дала ли ткань усадку. Если она «садится», то перед стиркой надо распороть подшивку, а также некоторые складки одежды, плиссе.

Чтобы проверить прочность окраски цветных тканей, нагревают крепкий раствор мыла, в него на 10 мин помещают лоскут ткани, слегка трут его,

споласкивают в холодной воде и оставляют в ней на 20 мин, после чего отжимают и высушивают лоскут на солнце или утюгом. Если вода не окрасилась и окраска ткани не изменилась, изделие можно стирать, не боясь его испортить.

Известен и другой способ. Лоскут ткани замачивают в концентрированном растворе нашатырного спирта, и если после полоскания и сушки цвет лоскута не изменился, значит, в прочности окраски можно не сомневаться.

Предупредить изменение окраски хлопчатобумажных тканей можно, предварительно замочив их в соленой воде. После этого выполоскать в холодной воде, стирать и сушить, как описано выше.

Есть еще одно средство сохранения окраски хлопчатобумажных тканей — на 10 мин замочить ткань в холодной воде с примесью скипидара (1 столовая ложка скипидара на 2 л воды) и выстирать в прохладной воде с мыльной пеной. При полоскании налить немного уксуса.

Одежду коричневого, бежевого, кремового цветов, выстирав и прополоскав, можно подержать несколько минут в растворе чайной заварки, предварительно проверив на кончике пояса или оставшемся лоскутке, совпадают ли оттенки. Нужного можно достичь, изменяя крепость заварки.

Ярко-красные и ярко-синие ткани дольше сохранят цвет, интенсивность окраски, если при полоскании всякий раз добавлять в воду чайную ложку пищевой соды на 1 л воды.

Чтобы освежить окраску черных тканей, растворите в воде для последнего полоскания щепотку соли.

При полоскании красных и голубых тканей вливают немного уксуса, розовых — нашатырного спирта: краски так лучше сохранят яркость.

Вещи, вышитые цветными нитками, нужно перед стиркой замочить, добавив 2 чайные ложки соли на 1 л воды, а затем стирать в мыльной, подсоленной воде комнатной температуры. Их следует хорошо просушить и только потом прогладить с изнанки.

Чтобы восстановить цвет ткани, утраченный под действием какой-либо кислоты, пятно поливают небольшим количеством нашатырного спирта для ней-

трализации кислоты, затем смачивают хлороформом — и таким образом первоначальный цвет будет восстановлен.

Выгоревший зеленый или черный узор освежают полосканием ткани в растворе квасцов.

Если хлопчатобумажные ткани (ситец, сатин) сине-голубых тонов, а также темный шелк после стирки прополоскать в очень теплой, почти горячей соленой воде (3 столовые ложки соли на 5 л воды), это тоже освежит краски.

Чтобы махровые полотенца и халаты были пушистыми после стирки, их надо подержать в подсоленной воде, хорошо прополоскать и не гладить.

Вещи из фланели не рекомендуется натирать мылом. Для их стирки лучше приготовить мыльный раствор, в который добавить 1 столовую ложку глицерина на 10 л воды.

Перед стиркой юбку с большим количеством складок рекомендуется прометать тонкой ниткой крупными свободными стежками — тогда ее легко будет прогладить.

Изделия из химических волокон не трите и не выкручивайте. Их следует стирать чаще, не дожидаясь сильного загрязнения.

Белье будет приятно пахнуть, если в воду для кипячения положить обмылки туалетного мыла.

Если вы собираетесь сушить выстиранное белье на морозе, добавьте в воду для полоскания немного уксуса. Белье приобретет приятный блеск, а главное, не примерзнет к веревке. Можно и саму веревку протереть тряпочкой, смоченной в теплом растворе пищевой соды или соли.

Белые носки, гольфы легче отстираются, если их предварительно замочить на 1—2 ч в воде, в которую добавлены 1—2 столовые ложки борной кислоты.

Чтобы легче отстирать носовые платки, замочите их предварительно на 2 ч в холодной подсоленной воде.

Мужские рубашки из чистого хлопка или из хлопка с добавлением синтетических волокон заранее замочите. А вещи из шелковых и шерстяных тканей замачивать нельзя.

Замачивание белья в теплой воде со стиральным порошком или солью способствует более качественной стирке, облегчает ее.

Не замачивайте в одном растворе белое и цветное белье.

Кухонные полотенца замачивайте в стиральном порошке «Фермента» на 3—4 ч, затем прополощите их и стирайте вместе с другими хлопчатобумажными вещами.

Длительно (на 3—4 ч) замачивать можно только белое белье. Цветные изделия с непрочной окраской и комбинированные вообще не надо замачивать.

Наволочки и пододеяльники перед замачиванием нужно вывернуть наизнанку, чтобы очистить от пуха и пыли уголки.

Новые халаты и платья из набивного ситца будут меньше линять, если перед стиркой их замочить в холодной подсоленной воде.

Вещи из хлопчатобумажных и льняных тканей можно стирать, используя хозяйственное мыло со стиральной содой, а вещи из шерстяных, шелковых и синтетических тканей — детским и жидким мылом.

Если в воду добавить чайную ложку скипидара, мыла для стирки потребуется меньше.

Белье, выстиранное в растворе синтетического порошка, 5—6 раз полощут в теплой воде и один раз — в холодной.

Если во время стирки вода стала грязной, для следующей партии белья поменяйте ее.

После каждых двух-трех стирок белье рекомендуется кипятить, положив его в теплую, но не горячую воду (иначе оно застирается) с порошком или наструганным мылом и содой.

После стирки с порошком белье кипятят 30 мин, после стирки с мылом — 1 ч.

В бак для кипячения не кладите слишком много белья, оно должно свободно плавать.

Вещи из поплина, дамаска, пике белого цвета можно кипятить, из натурального шелка, синтетики, шерсти — нельзя.

Сильно загрязненное хлопчатобумажное и льняное белье рекомендуется замачивать дважды. Сначала в чуть теплом мыльном содовом растворе (или в растворе соответствующего стирального порошка), затем белье прополаскивают и еще раз замачивают в таком же растворе, но уже при более высокой температуре воды (до 40 °С). Через несколько часов белье простирывают и кипятят.

Очень тонкие и ветхие вещи стирают только вручную.

Цветное белье не рекомендуется намыливать. Стирайте его в мыльной пене или в воде со стиральным порошком.

Свалявшееся трикотажное изделие прополощите в воде, в которую добавьте на каждые 10 *л* 3 столовые ложки нашатырного спирта, и оставьте его в этом растворе на сутки. После этого изделие несколько раз прополощите в теплой воде, заверните в махровое полотенце, а затем сушите, разложив на столе.

После прополаскивания шерстяные и шелковые вещи заверните в сухую хлопчатобумажную ткань (простыню, полотенце и т. п.), а затем тщательно расправив, разложите сушить.

Изделия из штапельных тканей не рекомендуется сушить на солнце — они потеряют цвет.

Тонкое кружевное белье не закрепляйте прищепками — оно может быть повреждено в месте зажима.

Стирка шерстяных изделий. Изделие погружают в тепловатую (не выше 40 °С) воду с небольшой примесью нашатырного спирта на 10—15 мин. Затем, слегка отжав, перекладывают его в мыльную воду

той же температуры, в которую добавлен нашатырный спирт (1 столовая ложка на 2 л воды). В этой воде изделие простирывают несколько раз и, наконец, отжимают, не выкручивая. Полощут в тепловатой воде, чтобы не допустить усадки.

Нашатырный спирт, добавленный в воду при стирке шерстяных изделий, сохраняет их эластичность.

Шерстяные ткани светлых тонов прочной окраски также можно стирать в мыльной воде с добавлением нашатырного спирта, только без предварительного замачивания в растворе нашатыря. Хорошо выполосканное изделие на несколько минут погружают в воду с добавлением спиртового уксуса.

Платье из черной шерстяной ткани после стирки рекомендуется прополоскать в воде с уксусом (2—3 столовые ложки на ведро воды), чтобы освежить цвет. Можно натереть на мелкой терке картофель с кожицей, добавить теплой воды и постирать в нем шерстяную вещь без мыла, прополоскать, добавив уксус.

Шерстяную вещь лучше стирать, вывернув наизнанку, да и сушить следует так же, чтобы не выцветала.

Стирая зимние шерстяные вещи, добавьте в последнюю воду для полоскания чайную ложку глицерина — вещи станут мягче.

При стирке шерстяных тканей с непрочной окраской рекомендуется добавить в раствор моющих средств немного уксуса и поваренной соли.

Вода для стирки и для полоскания шерстяных вещей должна быть одинаковой температуры (не выше 35—40 °C). Когда вода для полоскания холоднее или горячее, чем для стирки, шерсть «садится».

Грязные вещи из шерстяной ткани можно замочить на 1—2 ч в мыльном растворе при температуре воды 15—20 °C.

Белую шерстяную вещь, выстиранную в воде с добавлением нашатырного спирта, можно дважды прополоскать в растворе гидросульфита (10 г на 1 л воды).

Если белое шерстяное платье приобрело желтоватый или сероватый оттенок, его можно отбелить «Персолью» или другими отбеливающими препаратами. Шерсть хорошо отбеливается перекисью водо-

рода или нашатырным спиртом (чайная ложка на 1 л воды).

Стирка трикотажных изделий. Все трикотажные изделия из чистошерстяной пряжи, с большим содержанием козьего или кроличьего пуха, ангорской шерсти (пуховые и из мохеровой пряжи) во избежание усадки рекомендуется сдавать в химчистку. Стирать можно только изделия из исландской шерсти.

Полушерстяные изделия, содержащие полиакрилонитрильные (ПАН) волокна, можно стирать при температуре раствора не выше 35 °С, используя жидкие моющие средства для шерстяных, шелковых и синтетических тканей и слегка отжимая, но не выкручивая, полоскать в воде той же температуры, добавляя в последнюю воду 2—3 столовые ложки уксуса на 10 л воды. Выстиранную вещь заворачивают в махровое полотенце или простыню, чтобы удалить излишнюю влагу. Сушат, разложив на ровной поверхности на белой ткани, расправив складки и помятости, придав вещи первоначальную форму.

При стирке изделий, содержащих полиэфирные, полиамидные, вискозные волокна, важно не допускать значительного перепада температур во избежание образования заломов. Сушат такие изделия в подвешенном состоянии.

Для стирки изделий из мохера приготовьте теплый раствор моющего средства для шерсти и добавьте в него немного глицерина.

Изделия с люрексом при стирке не следует тереть, чтобы не повредить пленку, ибо обнаженные металлические нити могут потемнеть и потускнеть.

Стирая вещь из шерстяного трикотажа, положите в воду столовую ложку пищевой соды — она освежит цвет изделия, устранит запах пота. Затем вещь тщательно прополощите.

Белые трикотажные изделия рекомендуется стирать в теплой мыльной воде с добавлением нашатырного спирта (1 столовая ложка на 2 л воды). Сначала вещь погрузите в этот раствор на 10—15 мин. Затем осторожно отожмите (но не выкручивайте), еще раз опустите в свежий раствор и слегка простирните. Полощите в чистой теплой воде, добавив в нее немного глицерина. Гладьте через мокрую тряпку по изнанке, слегка прикасаясь утюгом.

Вязаные шапочки рекомендуется после стирки набить белой бумагой и в таком виде сушить. Чтобы вязка снова стала выпуклой, нужно перед сушкой встряхнуть шапочку несколько раз. А когда она высохнет, подержите несколько минут над паром.

Чтобы петли на трикотажных изделиях не растянулись во время стирки, предварительно заметайте их.

Трикотажное нательное белье не «сбежится» и сохранит белизну и эластичность, если в воду для стирки добавить нашатырный спирт (100 г на 10 л воды).

Отбеливание шерстяной пряжи. На 1 л воды берут 5 г 3-процентной перекиси водорода и 1 г нашатырного спирта. В этот раствор опускают выстиранные и выполосканные с пищевой содой или нашатырем (20 г на 8 л воды) мотки шерсти или изделие из нее и держат так 30—40 мин, затем тщательно выстирывают и прополаскивают в чистой воде.

Не очень темную шерстяную, полушерстяную пряжу можно отбелить, прокипятив ее в течение 30 мин в растворе «Детского» мыла.

В отбеленном виде пряжу или изделие можно окрашивать в любой нужный вам цвет.

Стирка изделий из искусственной шерсти. Перед стиркой необходимо отпороть все пуговицы, пряжки, а также всевозможные отделки.

Подготовленные для стирки изделия погружают на 5 мин в тепловатую кипяченую воду, после чего сразу же перекладывают в чуть теплый мыльный раствор, стирают, слегка отжимают, и только сильно загрязненные места можно потереть.

Выстиранное изделие полощут несколько раз в чистой тепловатой воде. Если изделие хорошо не выполоскать от мыла, на нем после сушки появятся серые пятна.

Чтобы сохранить свежесть расцветки ткани, в последнюю воду для полоскания добавляют немного уксуса. Изделие слегка отжимают, не выкручивая, кладут на стол, покрытый старой, сложенной в несколько слоев простыней.

Стирка изделий из натурального шелка. Чтобы

сохранить блеск белого шелка и предупредить появление желтизны при стирке, его опускают в обезжиренное свежее молоко и ополаскивают в теплой воде.

В теплую мыльную воду добавляют немного нашатыря, погружают изделие из шелка на 10 мин, после чего его стирают, слегка отжимая, только осторожно трут загрязненные места. Затем 2—3 раза прополаскивают в теплой чистой воде, отжимают, не выкручивая, и заворачивают в сухое полотенце. Слегка влажное изделие вешают на плечики и сушат в тени на ветру.

Однотонный натуральный шелк светлого цвета стирают в тепловатой мыльной воде с добавлением буры. Выполаскивают в воде той же температуры, что и при стирке. Если шелк розового цвета, в последнюю воду при полоскании добавляют для освежения цвета немного уксуса. Голубой шелк освежают слегка подсиненной водой, желтый — отваром сухих или свежих корок апельсина.

Стирка изделий из искусственного шелка. Изделия из искусственного шелка белого и светлых тонов стирают в мыльной тепловатой воде. В жесткую воду добавляют буру. Стирать следует быстро, не тереть и не выкручивать, а только отжимать изделие. Гладят искусственный шелк в почти сухом виде не очень горячим утюгом.

Изделия из натурального и искусственного шелка с набивным рисунком рекомендуется стирать таким способом. Очищенный сырой картофель режут на мелкие ломтики, заливают кипятком (1 кг картофеля на 2—2,5 л воды) и настаивают 2—3 ч, пока вода не станет тепловатой. Затем ее процеживают через густое сито или холст и добавляют немного чистого спирта. Изделие погружают в подготовленный настой и, слегка потирая загрязненные места, быстро простирывают. Полощут несколько раз в прохладной, но не холодной воде.

Одежда из темного шелка и тафты дольше сохранит блеск, если после стирки ее прополоскать в холодной воде с солью (125 г соли на 5 л воды).

Стирка льняных изделий. Хорошо намыленное изделие из белого льна держат около 1 ч в теплой

воде. Затем в воду добавляют немного порошка и столовую ложку уксуса, стирают, хорошо прополаскивают и вывешивают сушиться, лучше на ярком солнце.

Сильно заношенные вещи из льна отбеливают скипидаром. В горячую воду засыпают стиральный порошок, добавляют треть стакана скипидара, взбивают пену и кладут вещи часа на два. После этого стирают, как обычно.

Цветные льняные ткани стирают в теплой мыльной воде с солью. При полоскании в воду добавляют немного уксуса, чтобы не полиняла расцветка.

Стирка линяющих изделий. Для стирки вещей из линяющих тканей нельзя применять соду. Лучше всего их стирать универсальным стиральным порошком. 2 столовые ложки порошка растворяют в 4 л теплой воды с добавлением 3 столовых ложек уксуса. Каждую вещь надо стирать отдельно, слегка отжимая, не выкручивая, полоскать в теплой воде, затем отжать и завернуть в чистую простыню. Сильно загрязненную вещь перед стиркой следует замочить в растворе поваренной соли (1 стакан на ведро теплой воды). Сушат такие вещи на воздухе, в тени.

Стирка изделий из синтетических волокон. Одежду или белье, содержащие капроновые или лавсановые волокна, стирают ежедневно или по крайней мере через сутки, а хлорин и акрил — раз в 5 дней.

Не следует сильно занашивать синтетические вещи, так как их нельзя стирать в горячей воде, сильно тереть и выкручивать. По этим же причинам не надо оставлять несвежее белье на длительное время. Грязь проникает в глубь волокон и отстирать ее будет трудно. Нельзя сильно сминать синтетические ткани. Складки, заломы могут не расправиться даже под утюгом.

Стирать синтетические ткани лучше всего специальными порошками, при их отсутствии — «Детским» мылом. На каждый литр моющей жидкости можно добавить по чайной ложке пищевой соды. Капрон, хлорин и акрил стирают при температуре 40—50 °С, лавсан — 60 °С. В более горячей воде синтетические изделия портятся.

При ручной стирке желательно соблюдать такую последовательность: замочить вещи в моющем рас-

творе на 30 мин, время от времени поворачивая их. Затем простирнуть, слегка отжимая. Загрязненные места можно осторожно потереть губкой. При стирке в машине белье следует рассортировать по виду и цвету, замочить на 15—20 мин, в машине прокрутить в течение 2 мин, затем тщательно выполоскать белье, не выжимая и не выкручивая.

Сушить изделия из капрона, нейлона, лавсана и смешанных волокон следует в затененном месте, аккуратно расправив и повесив на плечики каждую вещь.

Изделия из акрила и хлорина сушат в расправленном виде на чистой гладкой поверхности. Гладить их не следует. Вещи, содержащие капрон, гладят утюгом, нагретым до 100 °С, лавсан выдерживает температуру до 140 °С. При более высокой температуре синтетические волокна плавятся.

Нейлоновые и капроновые чулки после стирки рекомендуется полоскать в воде, в которую добавляется немного квасцов (1 чайная ложка на 1 л воды), тогда они будут дольше носиться.

Стирка портьер, гардинно-тюлевых изделий, кружев. Тяжелые портьеры лучше, конечно, сдать в химчистку. Если такой возможности нет, можно, хорошо вытряхнув, замочить их на 3 ч в холодной воде с небольшим количеством пищевой соды или соли, затем прополоскать в холодной воде и снова замочить на 2—3 ч в теплой воде с порошком для стирки шелка, легкого трикотажа. После этого простирать в чистой воде с добавлением жидких моющих средств — «Лада», «Каштан», «Березка»,— только не тереть, не кипятить, не отжимать, чтобы не потеряли форму. Прополоскать несколько раз в теплой, затем в холодной воде.

Портьеры и занавеси из хлопка или льна можно после стирки накрахмалить и подсинить.

Ситцевые шторы стирают в холодной подсоленной воде, прополаскивают в воде с уксусом и крахмалят.

Белые хлопчатобумажные гардины 5 мин при температуре 40—60 °С в растворе соответствующего моющего средства, а затем в течение 10—15 мин кипятят в растворе этого же средства. Если гардины сильно загрязнены, в раствор можно добавить кальцинированную соду (0,5 столовой ложки на 10 л во-

ды) и хозяйственное мыло (10—15 г на 10 л воды). При отбеливании в кипящий раствор моющего средства добавляют отбеливатель «Персоль», «Пермский-2», «Иней», «Лилия» или «Перокс» и кипятят 15—30 мин.

Гардинно-тюлевые изделия из синтетических и хлопчатобумажных окрашенных волокон стирают в растворе моющих средств для шерсти, шелка, синтетики или универсальных при температуре 40—50 °С, не выкручивая и не отжимая. Для отбеливания гардинного полотна белого цвета можно воспользоваться отбеливателями «Лилия-3», «Иней-2», «Универсальный-2». Температура отбеливающего раствора не должна превышать 60 °С.

Тюлевые занавески из нейлона перед стиркой следует хорошенько вытряхнуть, затем замочить в холодной воде на несколько часов и время от времени менять воду. Но имейте в виду, если синтетические гардины пролежат долгое время в мокром состоянии, на них могут образоваться складки, которые затем не поддаются разглаживанию. После замачивания занавески опускают на 2—3 ч в раствор моющего средства, предназначенного для стирки изделий из синтетических тканей, а затем стирают в другой пропорции такого же раствора с температурой не выше 50 °С.

После стирки гардинно-тюлевые изделия тщательно прополаскивают и аппретируют (подкрахмаливают). Белые тюлевые занавески слегка подсинивают. А если к раствору синьки добавить немного молока — занавески станут как новые. При стирке кружевных и тюлевых занавесок кремового цвета вместо синьки воспользуйтесь настоем чая или кофе, процеженного через марлю.

Ни хлопчатобумажные, ни синтетические гардины не следует выкручивать — их нужно завернуть в простыню и легкими отжимающими движениями удалить излишнюю влагу. Влажные гардины вешают на карнизы, расправляют, слегка подсохшие проглаживают (кроме гардин из полиэфирных волокон).

Нейлон и тюль нередко желтеют от времени. Прежде чем стирать, их надо отбелить порошками «Персоль», «Лилия-2», «Уральский» (2 столовые ложки на ведро воды). После этого простирать в порошке, прополоскать и, не выжимая, развесить.

Крахмалить, выжимать, гладить нейлон не нужно.

Тюль можно освежить с помощью такого состава. крахмал развести водой до консистенции густой пасты, добавить немного талька (1 чайная ложка на 1 л крахмального раствора), хорошо размешать, влить в кастрюлю с теплой водой и, помешивая, довести на огне до кипения. Когда состав остынет, в него опускают тюлевые занавески на 3—5 мин и затем развешивают для просушки.

Чтобы тюлевые занавески не рвались и не вытягивались при машинной стирке, их рекомендуется вкладывать в ситцевый чехол, сшитый по длине занавесок, концы их завязать вместе с чехлом. После стирки и отжима в центрифуге занавески нужно сразу повесить на окна и расправить. Вместо чехла можно использовать обыкновенную наволочку. А чтобы занавески не скрутились в узел, их края приметывают к наволочке.

Перед тем как стирать кружевные изделия, пришейте их крупными стежками к куску белой ткани. Так они лучше сохраняют форму и легко будут гладиться.

Чтобы освежить черные кружева, подержите их несколько часов в смеси воды и уксуса, а затем ополосните.

Как стирать нежные кружевные воротнички, манжеты, жабо, чтобы они не порвались? В литровую банку налейте мыльную воду или раствор стирального порошка, положите туда кружево, плотно закройте банку крышкой и несколько минут энергично встряхивайте. Таким же образом полощите их, пока вода не станет чистой. Для сушки кружева развешивают или раскладывают на полотенце не отжимая.

Стирка вышитых вещей. Перед стиркой надо проверить, не линяют ли нитки. Для этого рекомендуется смочить водой часть вышивки и потереть ею по чистой белой ткани. Если она закрасится, то стирать следует в теплой воде с солью (1 столовая ложка на 1 л воды). Повторная стирка производится с универсальным стиральным порошком. На 1 л воды достаточно 0,5 столовой ложки порошка и пол-ложки уксуса. Выстиранную вещь не надо выкручивать, а лишь слегка отжав ее, закатать в чистую ткань. Досушить можно на воздухе в тени.

Стирка пуховых платков. Их рекомендуется стирать вручную в небольшой емкости в растворе жидких моющих средств для шерстяных и шелковых тканей при температуре 45—50 °С, не допуская сильного трения. После стирки платок тщательно прополаскивают в теплой (30—40 °С), а затем в холодной воде, в последнюю воду добавляют уксус (1 столовая ложка на 5 л воды). Отжимают в простыне или полотенце и во влажном состоянии натягивают на рамку или доску соответствующего размера с гвоздиками. Можно также разложить платок на любой ровной поверхности (например, на столе), подложив мягкую ткань, аккуратно вытянуть зубцы и приколоть их булавками. Необходимо следить, чтобы не было перекосов и платок принял строго прямоугольную форму.

После высыхания с помощью щетки для волос поднимают ворс. Хранят платок в сложенном виде.

Стирка сильно загрязненной спецодежды. Сильно загрязненную спецодежду надо стирать так. Четверть куска измельченного хозяйственного мыла растворить в 1 л кипятка, а когда раствор остынет, добавить 0,5 л керосина и столовую ложку стиральной соды. Этим раствором тщательно протереть спецодежду, плотно свернуть и оставить на сутки. Затем выстирать 2 раза в горячей мыльной воде и прополоскать в теплой. Можно воспользоваться и специальным средством «Тиспе».

Крахмаление и подсинивание белья. *Крахмаление* бывает 3 видов: мягкое — для постельного белья, гардинно-тюлевых изделий, штор (0,5—1 чайная ложка крахмала на 1 л воды); полужесткое — для столового белья, чехлов, хлопчатобумажных и льняных сорочек (1 столовая ложка крахмала на 1 л воды); жесткое — для воротничков, манжет (2 столовые ложки крахмала на 1 л воды). Крахмал — картофельный или кукурузный — разводят в небольшом количестве холодной воды и при интенсивном помешивании вливают в кипящую воду, кипятят в течение 3—6 мин при помешивании до получения прозрачного клейкого раствора, вливают его в холодную подсиненную воду, размешивают, после чего опускают выстиранное и выполосканное белье, чтобы оно равномерно пропитывалось крахмалом.

Затем белье отжимают, расправляют и сушат. Высушенное белье надо слегка сбрызнуть водой, дать ему отлежаться и гладить не сильно нагретым утюгом.

Для воротников и манжет мужских рубашек и т. д. применяют жесткое крахмаление. Для этого 50 г рисового, картофельного или кукурузного крахмала размешивают в 1 л холодной воды до получения крахмального молока. Затем 15 г буры растворяют в стакане горячей воды, раствор охлаждают, вливают в крахмальное молоко и хорошо размешивают. Для лучшего набухания крахмала клейстер должен постоять 1—2 ч, после чего его хорошенько размешивают. Чтобы воротнички хорошо пропитались крахмалом, их трут руками и отжимают, заворачивают в чистую белую ткань и дают полежать 30—40 мин, протирают влажной тряпкой, чтобы снять излишки крахмала, и тотчас гладят. Для верхних рубашек применяют сначала мягкое или среднее крахмаление, а воротничок и манжеты крахмалят жестким способом. Для мягкого крахмаления берут чайную ложку крахмала на 1 л воды, для среднего — немного больше.

Заменитель крахмала препарат «Крос» крахмалит, осветляет, подсинивает, облегчает глаженье изделий из льняных, вискозных и хлопчатобумажных тканей, ароматизирует одежду. Пользуются им так: выстиранное, выполосканное и отжатое белье погружают в воду, в которую добавлен «Крос» (столовая ложка препарата на 1 л воды). Сушат и гладят так же, как и подкрахмаленное обычно белье. Нет надобности крахмалить белье после каждой стирки, так как действие «Кроса» распространяется на две-три стирки. После нескольких стирок сохраняет жесткость и глянец белье, накрахмаленное препаратом «Кайя». Гладить по такому крахмалу очень легко.

Есть и другие заменители крахмала: вязкие жидкости «Аппрет», «Белая эмульсия», «Сина-2», паста «Амелия», аэрозоли «Элегант», «Элегант-Н» и др.

Изделия, накрахмаленные с помощью «Сины», сохраняют жесткость даже после пятикратной стирки и кипячения.

Аэрозоль «Элегант» всего за несколько секунд подкрахмалит рюши, кружева блузок, манжеты, воротнички рубашек без предварительного увлажнения.

Для одновременного отбеливания и легкого подкрахмаливания любых тканей, в том числе и синтетических, кружевных, тюлевых, применяется «Белая эмульсия».

Подсинивание производится для придания красивого вида изделиям из белых тканей и устранения желтизны. Для этого используют нерастворимые голубые красители (пигменты), синьки в виде жидкостей, таблеток или порошков. Для подсинивания изделий из всех видов тканей предназначены жидкая синька «Синева-2», порошки «Синева», «Лазурь»; изделий из хлопчатобумажных и льняных тканей — порошки «Синька крахмальная», «Синька ультрамариновая»; для хлопчатобумажных льняных и смешанных тканей — жидкость «Голубизна-2». Таблетки «Аквамарин» — универсальная синька для любого белья: убирает желтизну на нейлоне, капроне, освежает цветные ткани, придает белью приятный голубоватый оттенок. Жидкие синьки перед употреблением необходимо взбалтывать. При ручной стирке на 10 л теплой воды при последнем полоскании добавляют 10—20 капель синьки, при машинной стирке — 1...2 чайные ложки в моющий раствор. Порошок или таблетку синьки сначала помещают в марлевый мешочек, а затем опускают в приготовленную для подсинивания воду (3 г на 1 л воды).

Антистатическая обработка. Большинство современных изделий содержат добавки синтетических материалов — акрила, полиэстера и др. Именно эти материалы делают вещь износоустойчивой, помогают ей сохранить форму, придают яркость краскам.

Но уже после нескольких стирок такая одежда начинает прилипать к телу, искриться, становится жесткой, плохо впитывает влагу — значит, антиэлектростатическая фабричная отделка ткани смылась и ее необходимо восстановить.

После обработки антистатиками устраняется искрение одежды, прилипание ее к телу, уменьшается притягивание пыли. Удобны в пользовании антистатические средства в аэрозольной упаковке «Лана-1» и «Полилана», которые наносятся на поверхность изделия методом распыления. Однако действие этих средств кратковременное, поэтому обработку ими надо повторять каждый раз, когда вы надеваете вещь.

Более продолжительно действие антистатиков, которые применяют при последнем полоскании выстиранных изделий из синтетических и смешанных тканей. Готовят раствор «Антистатика-2», «Чародейки-2», «Триана», «Анэла» или «Аппретана», как указано на этикетке, и в этом растворе выдерживают 10 мин выстиранные и выполосканные вещи. После такой обработки они приобретают мягкость, пушистость, свежесть окраски, не электризуются. Эффект сохраняется до следующей стирки.

Эффективны также для антистатической обработки и смягчения текстильных изделий эмульсия «Полиэн-2» и паста «Полиэн-3».

Препараты «Лана-1», «Антистатик-2», «Чародейка» можно применять и для обработки ковровых изделий и мехов.

Моющие и отбеливающие средства

Моющие средства бывают на жировой и синтетической основе. Из жировых средств самое распространенное — мыло хозяйственное. Оно эффективно при стирке в горячей (от 80 °С и выше) и смягченной воде. Не рекомендуется стирать хозяйственным мылом изделия из шерсти, натурального и искусственного шелка.

Синтетические моющие средства (СМС) характеризуются быстрой растворимостью и высоким моющим эффектом при низкой температуре в воде любой жесткости. Они выпускаются в виде порошков, паст и жидкостей и предназначены: одни — для стирки изделий из хлопчатобумажных и льняных тканей, другие — для шерстяных, шелковых и синтетических тканей, третьи — универсальные, для стирки любых тканей. Моющие средства следует применять строго по назначению.

Моющие средства *для стирки хлопчатобумажных и льняных тканей* содержат добавки для создания щелочной среды, в которой их стирка эффективнее. Порошки «Чайка», «Вихрь», «Айна», «Ленок-2», «Беларусь», «Березина» применяют только для стирки, порошки «Астра», «Планета», «Эра-А», «Эра-автомат», «Свежесть-2» — для стирки с одновременным отбеливанием. Сильнозагрязненные

вещи хорошо стирать пастами «Пальмира», «Триалон». «Мечта», «Био», порошками «Робот», «Юра». Для большей эффективности, особенно при кипячении белья, в раствор синтетических моющих средств можно добавлять небольшое количество мелко наструганного хозяйственного мыла и кальцинированной соды.

Для стирки изделий *из шерстяных, шелковых, синтетических и смешанных тканей* применяются моющие средства, не содержащие щелочных добавок или с небольшим их количеством: жидкости «Экстра», «Березина», «Рица», паста «Ива» и др. Тонкие шерстяные, шелковые и синтетические ткани лучше стирать жидкими препаратами, например «Березкой», «Каштаном» и т. п. Хорошо стирает тонкие ткани, окрашенные в нежные тона, жидкость «Прогресс». Порошок «Славянка» также рекомендуется для стирки изделий из тонких тканей, «Бриз» — из синтетических. Жидкое средство «Олан» не только стирает, но и оказывает антистатическое действие. С помощью препаратов «Лада», «Каштан» легко удаляются грязь и пятна с одежды из шерсти, шелка, синтетики (например, ткани «болонья»), с кружев, атласа. Белье, выстиранное этими препаратами, не требует дополнительного подсинивания. Паста «Руно» предназначена для стирки изделий из шерстяных и тонких тканей в холодной или теплой (25—40 °С) воде.

Универсальные моющие средства предназначены для стирки любых тканей — хлопчатобумажных, льняных, шерстяных, шелковых, синтетических. К таким средствам относятся порошки «Кристалл», «Лотос», «Нептун», «Универсал», пасты «Ландыш», «Сюрприз», «Аэлита», жидкости «Маричка», «Супераль», «Аста» и др. Изделия белого цвета хорошо стирать пастой «Снежана», содержащей отбеливающее средство. Легко отстирываются сильнозагрязненные вещи из хлопка, льна и смешанных тканей пастой «ДАС». Она не образует много пены, поэтому ее можно использовать как для ручной, так и для машинной стирки. Белое и цветное (нелиняющее) белье из хлопчатобумажных и льняных тканей перед стиркой рекомендуется замачивать в растворе моющих средств типа «БИО-С», «Фермента», «Ока», и т. п. Они содержат биологические добавки (фермен-

ты), способствующие удалению белковых загрязнений. Эти средства эффективны при стирке в воде с температурой 40—45 °С: более высокая температура разрушает ферменты, более низкая — замедляет их действие.

Для стирки детского белья, пеленок предназначены порошки «Свежесть-2», «Детский», «Малышам».

Синтетическими моющими средствами комплексного действия можно не только стирать, но одновременно и подкрашивать изделия (порошок «Вясёлка», паста «Фантазия»), снимать заряды статического электричества (жидкости «Элона», «Олан», «Фитон», паста «Вита»), дезинфицировать («Фитон», «Вита»).

Отбеливающие средства выпускаются в виде порошков, жидкостей, таблеток и предназначены для определенного типа тканей. Препараты «Иней-2», «Лилия-3», «Универсальный», «Универсальный-2», «Диола» применяют для отбеливания хлопчатобумажных, льняных, шерстяных, шелковых и синтетических тканей; жидкости «Перокс», «Уралочка» — всех видов тканей; порошок «Снежок» — шерстяных, искусственных и синтетических тканей; порошки «Дихлор-1», «Дихлор-супер», «Персоль», «Персоль-2», «Пермский», «Пермский-2», «Уральский», «Лебедь», жидкости «Белизна», «Белизна-2», «Тексанит» — хлопчатобумажных и льняных тканей. Одновременно с отбеливанием эти средства дезинфицируют изделия, удаляют пятна от кофе, фруктов, чая, ягод, вина, ржавчины.

Для отбеливания можно использовать перекись водорода, гидросульфит, гипохлорит. В 10 л воды, доведенной до кипения, добавляют 30 г 3-процентного раствора перекиси водорода и 1 чайную ложку нашатырного спирта, погружают на 20 мин выстиранное белье, после чего его прополаскивают в горячей и затем в холодной воде.

Отбеливают белье, предварительно срезав с него пуговицы, крючки и другую металлическую фурнитуру, в алюминиевой, эмалированной или оцинкованной емкости (без ржавчины).

Отбеливание шелковых, шерстяных и синтетических тканей допускается при температуре раствора не выше 60 °С.

Необходимо иметь в виду, что обработка отбелива-

ющими препаратами несколько снижает прочность тканей, поэтому рекомендуется пользоваться ими не чаще чем через 2—3 стирки.

◇ Открывая коробку со стиральным порошком, нужно соблюдать осторожность. Во избежание аллергии нос, рот и даже глаза закрывайте марлей, сложенной вдвое, коробку не поднимайте высоко над водой.

◇ Строго соблюдайте нормы применения стирального порошка: при завышении может возникнуть аллергическая реакция.

◇ Если вы не переносите стиральные порошки, пользуйтесь пастами — они меньше раздражают органы дыхания и кожу рук.

◇ Не рекомендуется применять при машинной стирке порошки, предназначенные для ручной стирки.

◇ Стиральный порошок нельзя насыпать непосредственно на изделие, во избежание местного «срыва» цвета, сваливания вещи.

◇ Не используйте стиральные порошки для мытья посуды — это опасно для здоровья.

Умеем ли мы гладить?

Начиная гладить, непременно проверьте, не запачкан ли утюг, не перекалился ли. Для этого достаточно провести им по чистой сухой тряпочке. Если поверхность его шершавая, протрите ее ватой, смоченной в нашатырном спирте, затем нагрейте утюг и проверьте результат на влажной тряпке. Утюг легко очистить, если поводить им по соли, насыпанной на лист бумаги.

Прежде чем гладить, обратите внимание на маркировку изделия — многие из них гладить вообще нельзя.

Гладить надо только свежевыстиранное белье, так как горячий утюг выявит даже едва заметные ранее пятна.

Перед глаженьем надо зашить, заштопать все дырки: они имеют свойство расползаться под утюгом.

Хлопчатобумажное и льняное белье перед глаженьем увлажняют, прямые вещи (простыни, скатер-

ти) протягивают, сворачивают и оставляют так часа на два. Гладить их следует с лицевой стороны (места с вышивкой — с изнанки). Выглаженные вещи кладут в шкаф после того, как они остынут,— чтобы не помялись.

Пересушенное белье гладится с трудом, и вид у него несвежий; в этом случае нужно положить на гладильную доску смоченную и отжатую простыню — гладить станет легче.

Платье из хлопка можно прогладить очень быстро, если завернуть его на несколько минут в махровое полотенце, предварительно намоченное в горячей воде и хорошо выжатое.

Изделия из шерстяных и полушерстяных тканей гладят через увлажненную полотняную ткань и только с изнанки. Залосненные места отпаривают через влажную льняную тряпочку горячим утюгом.

Шелк гладят умеренно горячим утюгом с изнанки. Лучше не брызгать его водой — от неравномерной влажности образуются сборки и сгибы.

Волан сначала гладят по краю, а затем отутюживают всю сборку.

Косой крой нужно гладить по нити ткани, чтобы вещь не деформировалась.

Подкладочные ткани (сатин, саржу и др.), крепы и ткани с выпуклым рисунком гладят сухими.

Мужскую сорочку начинают гладить с воротника: сначала с изнанки, от углов к середине, затем с лицевой стороны. Потом отутюживают кокетку и вокруг воротника. Манжеты гладят от краев к центру, рукава — от плеча к манжетам. Спинку складывают вдвое и отутюживают по очереди обе стороны. Затем разглаживают изнутри складки, спереди планку между пуговицами (через тряпку, чтобы пуговицы не продавливались), верхнюю планку с петлями и, наконец, весь перед.

В блузках сначала отутюживают воротник, борта и рукава, затем — полочки и спинку.

Чтобы накрахмаленный воротник не приставал

к утюгу, в воде, в которой будет завариваться крахмал, надо растворить немного туалетного мыла. Есть и другой способ: к готовому крахмальному раствору добавить несколько капель скипидара.

Брюки гладят через влажную хлопчатобумажную ткань. Отутюжив пояс и верхнюю часть брюк, их нужно положить во всю длину на гладильную доску и отогнуть одну половину. Сначала гладят места колен, чтобы они слегка «втянулись», затем складывают брюки боковыми швами и тщательно заглаживают переднюю и заднюю складки по всей длине. То же самое следует проделать и на второй половине. После этого обе половины надо сложить вместе и еще раз прогладить.

«Стрелка» на брюках будет дольше держаться, если сначала прогладить брюки через ткань, смоченную слабым раствором уксуса, а потом, когда брюки будут совсем сухими, вновь провести утюгом, на этот раз через толстую и влажную бумагу. Или натереть брюки с изнанки шва кусочком сухого мыла, а затем отутюжить с лицевой части через влажную ткань. Можно обработать брюки препаратами «Луга-2» или «Амелия» (1 столовая ложка на 1 л воды) методом распыления и затем прогладить через хлопчатобумажную ткань.

Трикотажную одежду гладят без нажима на ткань, слегка пропаривая.

Вещи из объемной пряжи утюжить нельзя, так как возможна потеря рельефности рисунка.

Изделия из полиакрилонитрильного волокна гладят касательными движениями утюга через слегка увлажненную хлопчатобумажную ткань во избежание деформации и растягивания.

Вельвет и различные ворсовые ткани надо подглаживать увлажненными с изнанки на мягкой подстилке, не допуская сильного нажима на ткань, чтобы не нарушить рельефность рисунка.

Изделия из бархата, плюша, искусственной замши гладить утюгом не рекомендуется. Лицевую сторону ворсовой ткани можно слегка обработать мягкой щеткой по направлению ворса.

При глаженье изделий с отделкой «плиссе» и «гофре» предварительно прошивают нитками каждую складку вдоль линии «стрелки» и только потом утюжат через увлажненную ткань. После глаженья такие вещи подвешивают.

Кружевные изделия гладят слегка влажными с изнанки, положив на мягкое одеяло. Зубчики кружева по краю надо наколоть булавками.

Галстук гладят с изнанки, положив его лицевой стороной на влажное полотенце, умеренно нагретым утюгом. Затем перекладывают на сухое полотенце также лицевой стороной вниз и проглаживают через влажную ткань досуха.

При глаженье галстука нужно следить, чтобы задний шов не отпечатался на передней стороне. Можно вырезать кусок плотной бумаги (шаблон) по размерам галстука, вставить ее внутрь, спереди галстук накрыть тонкой бумагой и прогладить теплым, но не горячим утюгом.

Шторы из льна или хлопка гладят осторожно по долевой нитке, чтобы материал не вытянулся.

Занавеси из тюля сначала нужно хорошенько натянуть, прикрепить булавками, а уж потом гладить.

Не забывайте, что синтетическое кружево и ткани боятся горячего утюга.

Будьте осторожны при глаженье изделий из волокна типа нитрон. Под воздействием высокой температуры краситель (особенно серо-голубого тона) разрушается, и появляются белесые пятна.

Если появилась подпалина, протрите ее перекисью водорода, разведенной пополам с водой. Это место нужно гладить теплым утюгом, пока не высохнет. Пятно можно вывести другим способом: намочите его раствором борной кислоты, а затем простирайте вещь в воде комнатной температуры.

Желтые пятна на белье от утюга удалите раствором буры (2 чайные ложки на 1 л воды), после чего промойте вещь и высушите. Если желтизна осталась, протрите это место разрезанной пополам луковицей и промойте с мылом в холодной воде.

Домашнее крашение

При крашении в домашних условиях необходимо соблюдать некоторые правила, так как не все ткани удается хорошо покрасить, почти невозможно получить ровную окраску набивных и пестрых тканей, а также чесучи и нейлона.

Вещи темных цветов можно окрашивать в тот же, но более темный или черный цвет. Чтобы получить хороший черный цвет при перекраске изделий цвета бордо, красного и коричневого, на каждый пакет черной краски нужно добавить треть пакета зеленой или темно-зеленой краски. При перекраске зеленых тканей на один пакет черной добавляют пятую часть пакета фиолетовой или коричневой краски.

Красить вещи следует в абсолютно чистой эмалированной посуде.

Перед крашением их надо очистить от пыли и пятен, сильно загрязненные выстирать и прополоскать, новую ткань или чистую вещь смочить в теплой воде. Если вещь после крашения будет перекраиваться, то ее предварительно надо распороть, иначе ткань не окрасится по швам. Металлические застежки, пряжки, крючки перед крашением следует отпороть.

Как приготовить раствор для крашения? Для этого необходимое количество краски надо всыпать в небольшую эмалированную кастрюльку и, медленно помешивая, вливать кипяченую воду до тех пор, пока не получится жидкая тестообразная масса. Добавить по 0,5 л кипяченой горячей воды на каждый пакет красителя, не переставая помешивать. Полученный раствор процедить через чистую тряпочку, вылить в приготовленную для крашения воду, подогретую до 40—50 °С, и размешать. Один пакетик краски рассчитан на 400 г ткани. Для ткани из натурального шелка надо взять вдвое больше красителя (один пакет на 200 г ткани).

Хлопчатобумажные и льняные ткани следует красить в мягкой воде. Смоченную и отжатую ткань погружают в приготовленный раствор, подогретый до 40—50 °С. Затем, непрерывно помешивая чистой палочкой, доводят раствор до кипения. С этого момента начинается крашение, которое длится 30—40 мин при кипении.

Для получения более темного цвета в раствор

добавляют на один пакет красителя 2 столовые ложки поваренной соли, растворенные в 2 л горячей воды.

При крашении в светлые тона через 15 мин после начала крашения добавляют столовую ложку соли, растворенную в 2 л воды.

При крашении шерстяных вещей в раствор всыпают глауберову соль (50 г на 8 л раствора). Красят, как и хлопчатобумажные вещи. Как только раствор закипит, вещь необходимо вынуть, добавить 2 столовые ложки уксуса, раствор размешать и опять погрузить в него вещь. После окончания крашения она остается в растворе, пока не остынет. Шерстяные изделия красят в течение часа.

Для крашения изделий из натурального шелка в литре воды растворяют поваренную соль (1 столовую ложку на пакет красителя) и, помешивая, вливают в раствор, затем опускают в него вещь и доводят раствор до кипения. Крашение продолжается 30—45 мин, причем раствор все время должен кипеть. Затем посуду снимают с огня, а изделие оставляют в растворе еще на 30 мин (все это время раствор надо помешивать).

Выкрашенную вещь прополаскивают сначала в теплой, пока она не станет совсем чистой, затем в холодной воде. Натуральный шелк, кроме того, прополаскивают еще раз в холодной воде с уксусом (0,25 л уксуса на 6 л воды).

Выкрашенные вещи нельзя сушить на солнце, у печки, у батарей центрального отопления.

Крашение тканей из смешанных волокон производится специальными красителями. Если же их нет под рукой, можно смешать по полпакета красителей для хлопка, шерсти и шелка. Красители из пакетиков высыпают в чистую тряпочку и, завязав ее, растворяют в небольшом количестве воды (ее должно быть в 20 раз больше, чем весит сама ткань). Через несколько минут, после того как краситель растворится в воде, следует положить ткань, через минут 15 добавить 2—3 ложки поваренной соли, после получасового крашения ткань вынуть, в раствор влить 2 столовые ложки уксуса и снова опустить в него ткань на несколько минут, затем снять с огня и остудить вместе с тканью. При последнем полоскании добавить в воду уксус (полстакана на ведро теплой воды).

Окраску тканей из капрона, перлона, нейлона можно производить красителями, применяемыми для крашения хлопчатобумажного волокна. Для лучшего смачивания ткани в красильную емкость на ведро воды добавляют 2 чайные ложки стирального порошка для хлопчатобумажных тканей. Окраску производят при температуре не выше 60 °С таким же образом, как и тканей из смешанных волокон, но следует помнить, что с капроном, нейлоном надо обращаться очень осторожно, ибо они очень тонки и легко повреждаются.



НАВЕДЕМ ПОРЯДОК В КВАРТИРЕ

Квартира начинается с двери

Чтобы дверь не скрипела, надо время от времени смазывать петли машинным маслом. Подложите под дверь лезвие топора или какой-нибудь другой клин, приподнимите ее на петлях и капните несколько капель масла в образовавшиеся зазоры около штифтов петель.

Вместо масла можно использовать измельченный в порошок грифель мягкого простого карандаша. Графит, как известно, прекрасный смазочный материал и служит долго.

Иногда дверь открывается или закрывается сама собой. Значит, неправильно прикреплены петли: не строго вертикально, а чуть наклонно. Дверь сама распахивается оттого, что она наклонена в сторону от дверной рамы. Подложите под любую из половинок верхней петли кусочек картона нужной толщины, и петли выровняются. Дверь закрывается сама — она наклонена к дверной раме. Подложите кусочек картона под нижнюю петлю.

Осевшую дверь можно поднять, положив между верхними и нижними частями петель 1—2 шайбы или самодельные кольца-прокладки из прочной проволоки (смажьте их машинным маслом). Если это не поможет, переставьте петли немного выше, старые отверстия забейте деревянными пробками.

Если дверь заклинивается или задевает пол, причиной этого чаще всего являются расшатанные петли. Замените шурупы на более длинные или вставьте пробки в отверстия и опять заверните шурупы. Можно переставить петли немного вверх или вниз.

Дверь может заклиниваться и из-за того, что слишком велик зазор между нею и дверной рамой со стороны петель. В этом случае нужно углубить гнезда для петель и немного «утопить» их. А если перекошена дверь или дверная рама, то достаточно «утопить» только ту петлю, против которой заклинивает.

Когда и это не помогает, сстругайте небольшой слой древесины против того места, где заклинивает. Так же поступают и с дверью, разбухшей от сырости. Иногда бывает достаточно обработать ее торец рашпилем или грубой шкуркой, не снимая с петель.

Если дверь немного покоробилась, снимите с петель и подстругайте обвязку рубанком.

Чтобы снять дверь с петель, ее надо открыть как можно шире, слегка раскачивая на петлях, поднимая немного вверх и снова опуская. Тяжелую дверь можно приподнять каким-нибудь рычагом, например топором. Если снять дверь не позволяет дверная коробка, необходимо зубилом выбить из петель штифты.

Дверь высохла и перестала плотно закрываться — прибейте на дверь или притолоку кусочек кожи, войлока или резины. Но лучше на торец двери наклеить или пришить гвоздиками тонкую деревянную планку. Шляпки гвоздей необходимо «утопить». Планку зачистите шкуркой, зашпаклюйте, проолифьте и покрасьте.

Если из-под двери дует, на ее нижний торец пришивают планку или резиновую ленту.

Если под дверной филенкой появилась большая (5—6 мм) щель, наклейте на нижнюю грань филенки столярным клеем полоску фанеры, затем нанесите на лицевые стороны шпаклевку, отшлифуйте ее наждачной бумагой и покрасьте. Более узкие щели шпаклюют мелкими опилками, смоченными в горячем клее, а после высыхания зачищают шкуркой.

Если филенки в спаренных балконных дверях зимой промерзают, их необходимо утеплить. Для этого разъединяют наружные и внутренние полотна и укладывают минеральный войлок в пространстве под обшивкой из вагонки в наружном полотне между водостойкой фанерой и филенкой во внутреннем полотне. Затем филенки устанавливают на место.

Обивка дверей. Для утепления и звукоизоляции двери обивают мягким материалом — обычно ватой (1,7 кг на 1 $м^2$), поролоном; сверху теплоизоляционный материал покрывают пленкой, дерматином или пластиком.

Дверь снимают с петель, отвинчивают ручки, замковые и ключевые накладки и кладут на стулья или табуреты.

Если дверь открывается наружу, материалы для верхнего покрытия нарезают по ее размерам, но на 10 см больше самой двери. Для бортов (валиков), перекрывающих щели притворов, вырезают 3 полосы шириной 14 см; длина одной полосы должна быть равна высоте двери, двух других — ее ширине. Их накладывают на соответствующие края двери лицевой стороной вниз и, отступив от кромки на 15 см, прибивают к двери. На эти полосы накладывают скрученные из ваты валики диаметром 30 мм. Натягивая, материал заворачивают на валик и прибивают его к двери так, чтобы валик наполовину свешивался над кромкой двери и перекрывал зазор между дверной коробкой и дверью.

По плоскости двери расстилают вату или поролон, накладывают сверху покрывающий материал так, чтобы с той стороны, где дверь навешивается на петли, полотно имело запас 6—8 см. Затем подвертывают покрытие долевой (у притвора) кромки и прибивают ее мебельными гвоздями, следя за тем, чтобы головки гвоздей, прикрепляющих валик, были закрыты покрывающим полотном. Гвозди забивают на расстоянии 8—10 см друг от друга. Таким же образом прибивают полотнище по верхней и нижней частям двери. В последнюю очередь крепят полотнище с навесной стороны двери (там, где располагаются петли). В соответствии с задуманным рисунком прибивают полотнище в центре двери, чтобы не сдвигалась вата. Ставят на место ручку и другие снятые предметы

и навешивают дверь. После этого у навесной кромки двери свисающий край полотнища прибивают мебельными гвоздями к наличнику.

Если дверь открывается внутрь помещения, выкраивают покрывающее полотнище точно по размерам двери, а также 4 полосы шириной 14 см и длиной, соответствующей каждой стороне дверной коробки (не двери). К нижнему краю двери прибивают валик так, чтобы при закрытой двери он заходил на порог. Покрывающий материал раскладывают поверх слоя ваты и прибивают строительными гвоздями — сначала долевые края, затем нижний (он должен находить на прибитый по низу двери валик) и верхний края полотнища. После этого формируют валики на двух долевых и верхнем брусках дверной коробки и прибивают их мебельными гвоздями так, чтобы верхний подвернутый край покрывающего материала перекрывал нижний. Чтобы обивка выглядела красивее, по углам валики соединяют на «ус».

Узор обивки варьируется по-разному: с подкладкой под гвозди полосок из обивочного материала, кусочков из плотной ткани, а также с помощью мебельных гвоздей, иногда с натянутой между ними леской. При отсутствии специальных обивочных гвоздей с широкими (декоративными) шляпками их могут заменить обычные гвозди с канцелярскими кнопками.

Балконную дверь можно утеплить с помощью простеганного ватного коврика из декоративной ткани. Размеры его выбираются такими, чтобы перекрыть нижнюю и боковые щели двери. Коврик крепится на небольших крючках, вбитых в дверь и в правую и левую части дверной коробки. Чтобы выйти на балкон, достаточно снять несколько петелек с крючков.

Уход за окнами

Оконные переплеты часто изготавливаются из недостаточно сухой древесины и могут покоробиться, поэтому до полного высыхания дерева рекомендуется как можно реже открывать окна.

Если створка окна сильно покоробилась, ее надо снять с петель и осторожно прострогать рубанком в том месте, где она защемляется. Угловые створки надо укрепить металлическими угольниками, чтобы предохранить от дальнейшего перекоса. Для небольшой форточной рамы достаточно угольничка, вырезанного из жести.

Место защемления оконной рамы можно найти так. Возьмите полоску копировальной бумаги и, открывая и закрывая раму, попеременно подкладывайте бумагу под разные участки. След от копирки на раме укажет, где необходимо состругать небольшой слой рубанком.

Иногда причиной защемления может оказаться слишком толстый слой краски. Тогда его следует счистить. Чтобы рама в дальнейшем «не залипала», створки можно натереть куском сухого мыла.

Окно или форточка плохо открывается и закрывается, потому что ослабли шурупы петель. Их небходимо подвернуть. Если шурупы провертываются, их нужно вывернуть, в отверстие вставить спичку и снова ввернуть.

Если между створками и фрамугой появились щели, на верхний брусок фрамуги нашивают планки.

Щели в створках заделывают так. Планки толщиной не менее 10 мм нашивают на вертикальные бруски створок со стороны фальцев коробки, ставят на клей и укрепляют шурупами. Если щель узкая, то подрезают одну из створок.

Большие щели в подоконниках, изготовленных из двух досск, забивают рейкой на клею, небольшие достаточно зашпаклевать.

Как заменить стекло. Не только разбитое, но и треснувшее стекло следует заменить — ведь даже через маленькую трещину теряется немало драгоценного тепла.

Металлической линейкой (но ни в коем случае не портновским сантиметром) замеряют расстояние между внутренними гранями фальцев (углублений для стекла в раме) и вычитают из него 2—3 мм — таков размер будущего стекла. Эти миллиметры нужны для того, чтобы рама могла изменять свои разме-

ры под действием влаги, тепла и случайных нагрузок.

Для резки стекла применяют стеклорезы с алмазом или роликами из твердых сплавов. Острый стеклорез оставляет на стекле тонкую бесцветную полоску. Если же она белого цвета — значит, ролик затупился. При резании стекла надо следить за тем, чтобы стеклорез находился в вертикальном положении, а указательный палец был сверху. Разрезают чистое сухое стекло по линейке от дальнего конца стекла, ведя стеклорез с нажимом на себя. Если разрез не получился, стекло переворачивают и делают другой разрез с обратной стороны. Сделав надрез, ломают стекло о край стола (или подложив под него у края надреза спички), слегка постукивая вдоль линии с обратной стороны стекла. Небольшие кусочки стекла отламывают стеклорезом, у которого есть для этого специальные прорези, или плоскогубцами.

Раму, в которой предстоит заменить стекло, надо снять с петель, открыв окно как можно шире и слегка раскачав створку. Положив раму на стол, удаляют остатки разбитого стекла. Фальцы переплетов очищают от старой замазки, сушат, окрашивают. После высыхания краски приступают к остеклению.

Стекло крепится в переплетах на одинарной, двойной замазке или на штапиках. На *одинарной* замазке остекление производят в такой последовательности. Вырезанное стекло ставят нижней кромкой к фальцу и прижимают к переплету. Стекла больших размеров закрепляют шпильками или тонкими гвоздями, забивая их в боковые стороны фальца через 25—30 см. Затем приступают к обмазке. Это удобно делать столовым ножом. Накладывают замазку по фальцам в виде мазков, разравнивают. На *двойной* замазке остекление получается более качественное. В этом случае между стеклом и поверхностью фальца наносят тонкий слой замазки («постель»), на который укладывают стекло. Эта замазка должна быть мягкой, толщиной 3—4 мм. Закрепив стекло, его обмазывают, как и при одинарной замазке. Выступившую за фальцы замазку срезают.

Для крепления стекла часто вместо замазки используют тонкие деревянные или пластмассовые рейки — *штапики*. Стекло укладывают на замазку и

прижимают к фальцам. Штапик с одной или двух сторон обмазывают замазкой, укладывают на место и закрепляют гвоздиками или шурупами, располагая их примерно через 30 см. Гвозди или шурупы должны на 3—5 мм отстоять от стекла, чтобы не расколоть его.

Приготовление замазки. Замазку можно приобрести в хозяйственных магазинах или приготовить дома. Для этого на лист фанеры насыпают сухой просеянный мел, делают в нем воронку и наливают туда натуральную олифу. Все перемешивают до получения липкой массы. Затем добавляют еще мела, переминают пальцами, пока не получится однородная, не пристающая к рукам, хорошо растягивающаяся и прилипающая к стеклу и дереву масса. Для придания ей белого цвета добавляют свинцовые или цинковые белила. Можно добавить также сухую или густотертую масляную краску — сурик, охру (200—250 г краски на 1 кг замазки). Чтобы приготовить 1 кг меловой замазки, потребуется 200 г олифы и 800 г мела. Для получения 1 кг белильной замазки необходимо 180 г олифы, 600 г молотого мела и 220 г сухих свинцовых белил. Белильная замазка считается более высококачественной. 1 кг такой замазки достаточно для обработки 5—7 м фальцев. Зимой замазку следует делать более жидкой или нагревать до 50 °С.

Чтобы зимой в доме было тепло... Зимний холод не проникнет в квартиру, если вы заблаговременно позаботитесь об утеплении окон. Вот несколько советов, которые помогут вам быстрее и легче справиться с этой нужной домашней работой.

Заклеивать рамы бумагой следует только со стороны комнаты — внутренние, желательно в безветренную погоду.

Если рамы рассохлись и щели очень большие, их можно заткнуть ватой или узкими полосками поролона, затем заклеить с помощью крахмального клейстера. Хорошо держится бумага, приклеенная молоком (можно скисшим). Белую бумагу нарезают длинными полосами шириной около 5 см. Иногда вместо бумаги используют ленточный лейкопластырь.

Можно также размочить газетную бумагу до кашицы, а затем этой мокрой бумажной массой запол-

нить щели в окнах. Весной достаточно открыть рамы, чтобы бумага легко отпала сама.

Зимой окна часто запотевают. Чтобы этого избежать, стекла надо протирать тряпкой, смоченной раствором из 1 части очищенного глицерина и 20 частей спирта или денатурата, каждые 2 недели.

С помощью же специальных средств можно предотвратить промерзание стекол и быстро разморозить уже замерзшие. Одно из них — «Автоантизапотеватель» — средство в аэрозольной упаковке. Струей аэрозоля с расстояния 10—15 см в течение 1—2 с обрабатывают стекла. Спустя 1—2 мин после такой обработки намерзший лед оттаивает. После этого стекло протирают сухой тканью или бумагой и повторяют обработку тем же средством.

Препарат «ЛИ-ЛО» — жидкое концентрированное средство против замерзания и запотевания стекол, которое одновременно и чистит их. Чтобы стекло не запотевало, его протирают ватным тампоном, смоченным небольшим количеством концентрата. Если нужно только очистить стекло, концентрат сначала разводят водой (1 часть на 10 частей воды), а затем ватным тампоном, смоченным в растворе, протирают стекло.

◇ Окна, рамы, подоконники, двери, покрытые масляной краской, моют теплой водой, добавив немного нашатырного спирта (1—2 столовые ложки на ведро воды) или любого стирального порошка.

◇ Нельзя мыть окна, рамы и двери мыльной водой с содой. Краска от этого становится темной и скоро разрушается.

◇ Потускневшую краску на рамах, подоконниках, дверях можно отполировать до блеска так называемым опилочным составом (2 столовые ложки уксуса на литровую банку просеянных опилок).

◇ Следы пальцев на окрашенной двери можно снять, осторожно протирая пятна вареной картошкой, разрезанной пополам.

◇ При резке стекла линейка часто скользит, и стеклорез проводит неровную линию. Приклейте к линейке несколько кусочков тонкой резины, и она скользить не будет.

◇ Если наклеить липкую ленту или мокрую газету вдоль бороздки, нанесенной на стекле стеклорезом,

то при постукивании трещина пойдет точно по нуж ной линии.

◇ Отверстие в стекле с помощью сверла и дрели сделать довольно трудно. Но если вставить в дрель маленький трехгранный напильник, предварительно заточенный по каждой грани, и капнуть на стекло под его заостренный конец немного скипидара, можно спокойно работать дрелью. Получится ровное круглое отверстие.

◇ Чтобы вырезать круглое стекло, на стеклянном листе крепят резиновую присоску. В деревянную рейку вбивают гвоздь, который острием прижимается к присоске. На другом конце рейки крепят стеклорез. Вращая рейку вокруг гвоздя, делают круговой надрез, а от этого надреза к кромкам стекла — радиальные надрезы. Легким постукиванием снизу ручкой стеклореза по стеклу один за другим отбивают куски.

◇ Если оконная замазка усохла и отделилась от стекла, но сохранила прочность, можно не заменять ее. Однако необходимо принять меры, чтобы влага, стекающая по стеклу, не попадала под замазку: от этого может сгнить древесина рамы. Тонкой кисточкой запустите масляную краску во все трещинки, чтобы не осталось ни одной щели. Либо разведите немного свежей замазки, более жидкой, чем обычно, и вотрите ее шпателем в щели и трещины. Когда все высохнет, наложите свежий слой краски, слегка захватывая и краешек стекла, чтобы как можно лучше загерметизировать стык.

Ремонт штукатурки

Штукатурка — один из древнейших методов по крытия стен. Но она со временем трескается, осыпается, потому требует ремонта. Необходимость в штукатурных работах возникает также при установке новых перегородок, замене оконных и дверных переплетов, перед облицовкой плиткой.

Производя ремонт штукатурки, рекомендуется придерживаться такой последовательности. Найти и устранить причину, вызвавшую ремонт, удалить поврежденную штукатурку. Простучать всю штукатурку: если звук глухой, значит, сцепление штукатурки со стеной плохое, и ее необходимо заменить.

Подготовить основание для новой штукатурки. Удалить вокруг ремонтируемого места обои и краску. Основание и края старой штукатурки увлажнить. И, наконец, оштукатурить поврежденное место.

Внутренние каменные стены обычно штукатурят известковым раствором (на 1 часть извести 2 части песка). Стены в ванных, санузлах штукатурят известково-цементным раствором (на 1 объемную часть цемента 2—5 частей песка с добавлением извести для пластичности). Деревянные внутренние стены штукатурят известково-гипсовым раствором (1 часть гипса на 2—3 части известкового раствора).

Отремонтированное место следует затереть в направлении от старой штукатурки к новой и очистить мягкой кистью края.

Обнаружив на штукатурке ржавые пятна, ее лучше всего сбить и оштукатурить заново. Можно покрыть это заржавленное место купоросным грунтом и закрасить цинковыми белилами на олифе. Большие участки лучше оштукатурить заново, при этом следует обратить особое внимание на совмещение в одной плоскости старой и новой штукатурки. Сначала наносится слой более жидкого раствора толщиной 5 мм, который служит для лучшего сцепления штукатурки с основанием. После его схватывания на него наносят грунт слоями по 10 мм из густого раствора и разравнивают до получения ровной поверхности. Дают схватиться и наносят последний слой в 2—4 мм процеженного через частое сито сметанообразного раствора (накрывка), тщательно разравнивая его. Затем затирают штукатурку тряпичной подушечкой или деревянной теркой, обитой войлоком. Штукатурку слегка смачивают, если она подсохла, водой, брызгая кистью. Притирают новую штукатурку к старой очень тщательно, в противном случае их граница под покраской будет выступать буграми.

По известковым и известково-гипсовым штукатуркам перетирку выполняют известковым раствором, по цементно-известковым и цементным — цементно-известковым. Перетирку производят теркой. Небольшую часть поверхности смачивают водой, накладывают раствор отдельными мазками, располагая их в шахматном порядке, после чего снова смачивают стену и кругообразными движениями затирают теркой.

Если в штукатурке появились трещины, их разрезают ножом: небольшие — на глубину 1 см, глубокие — на всю глубину штукатурки. Затем их хорошо смачивают водой, замазывают раствором и тщательно растирают швы подмазкой (из 1 кг гипса и 2—3 кг мела, затворенных на 2—5-процентном растворе клея).

Заделать щель в штукатурке можно также с помощью раствора в полиэтиленовом мешочке, у которого отрезан один уголок. При надавливании на мешочек раствор равномерно выходит из него и заполняет щель. Прежде чем заделать штукатуркой отверстие в перегородке, следует по его периметру забить гвозди, которые будут служить надежной арматурой для заплаты.

Щели между стеной и плинтусом заделывают раствором и притирают. Плинтусы очищают от раствора и промывают водой.

Если продавилась сухая штукатурка, которой облицована стена комнаты, это место обрезают в виде геометрической фигуры правильной формы (квадрата, ромба). Вырезают по этой форме заплату из сухой штукатурки. На ремонтируемое место наносят лепки из гипсового теста так, чтобы они выступали на 10—15 мм выше существующей штукатурки. Приставляют к ним заплату и прижимают в одной плоскости со старой штукатуркой. После схватывания гипса швы замазывают гипсовым тестом (из гипса и воды) и разравнивают. Швы можно замазать и гипсовым раствором (из 1 части гипса и 3 частей песка и воды).

Малярные работы

Малярные работы следует проводить в новых квартирах через год после заселения, а затем, в последующие годы — хотя бы раз в 5 лет.

Потолки и не оклеенные обоями стены в комнатах рекомендуется белить раз в 2 года.

Кухню, кладовую, ванную, туалет целесообразно белить 2 раза в год — весной и осенью.

Прежде чем начинать окраску, необходимо:

выбрать цвета окраски стен в комнатах;

определить тип краски (клеевые, эмульсионные в жилых помещениях или масляные в кухне и ванной);

определить необходимое количество красок в зависимости от площади стен, потолков и т. д.;

подготовить необходимые инструменты для малярных работ.

Для малярных работ необходимы следующие инструменты:

шпатель — для мелкого ремонта штукатурки, заделки отверстий и трещин, очистки стен и потолков;

металлическая щетка — для очистки стен, потолков, радиаторов, труб и т. п.;

терка — для затирки и шлифовки поверхности стен и потолков;

кисть-макловица — для окраски стен и потолков клеевыми и водоэмульсионными красками;

кисть-флейц (плоская кисть) — для окраски масляными красками; ее можно применять и при окраске водоэмульсионной краской;

малярный валик — для покрытия стен водоэмульсионными и масляными красками;

круглая кисть — для окраски радиаторов, труб, дверей, окон масляной краской.

Для побелки потолков применяют клеевые, известковые, водоэмульсионные составы.

Стены комнат окрашивают клеевыми, водоэмульсионными составами, эмалями и лаками.

Многие красочные составы не обходятся без клея. При малярных работах применяется животный клей. Он бывает мездровый и костный. Мездровый клей имеет более темный цвет. Выпускается в виде плиток, порошка, крупы. Костный — светлее, продается в виде плиток. Доброкачественный столярный клей имеет светло-бурую или буровато-желтую окраску без пятен, блестит на изломе.

Раствор животного (столярного) клея готовится так: плиточный клей дробят на куски, кладут в баночку, заливают холодной водой, чтобы она немного покрывала слой клея, и оставляют для разбухания на 12—18 ч. Банку с клеем помещают в другую большую посуду с водой и ставят на огонь, непрерывно

помешивая. Когда клей растворится в воде, он готов к употреблению. Клей 10-процентной крепости, употребляемый в отделочных работах,— это 100 г клея, растворенного в 1 л воды. Его надо готовить в небольшом количестве, так как через 3—4 дня он загнивает и утрачивает свои свойства.

Вместо животного клея можно использовать синтетический клей КМЦ: в 10 л воды растворяют 400 г клея КМЦ, до 1 кг мела и пигментов. Такие составы хранятся длительное время.

Клеевая окраска бывает простой, улучшенной и высококачественной. При простой окраске производят очистку поверхности, сглаживание, грунтовку, окраску. Улучшенная окраска включает следующие операции: очистку, сглаживание поверхности, расшивку трещин, первую огрунтовку, подмазку, шлифовку подмазанных мест, вторую огрунтовку, окраску. При высококачественной окраске, кроме того, выполняются еще две сплошные шпаклевки, шлифование, третья огрунтовка, торцевание.

Клеевая окраска производится только в сухих помещениях. Масляная окраска оштукатуренных стен в жилых комнатах не рекомендуется, так как нарушается естественная вентиляция помещений. Санитарно-технические устройства окрашивают масляными и эмалевыми красками.

Перед окраской поверхность очищают от пыли и грязи. Расшивают трещины и заделывают раствором. Жировые пятна снимают каустической содой или теплым раствором хозяйственного мыла. Образовавшиеся на потолке рыжие пятна (подтеки) выводят медным купоросом. В горячей кипяченой воде растворяют купорос: 1 столовая ложка на 1 л воды (посуда должна быть только эмалированная). Кистью, смоченной горячим раствором купороса, смазывают пятно, после чего обрабатывают купоросом весь потолок, особенно тщательно, если он сильно закопчен. Через 2—3 ч потолок высохнет и, если пятна проступят, нужно прокупоросить еще раз, можно и остывшим раствором. Особенно въедливые пятна хорошо закрасить краской, а затем прошпаклевать, иначе не ляжет побелка. Остатки старой краски удаляют. Стены, покрытые известковыми или клеевыми красками, смачивают теплой водой и стирают мочалкой. Если набел

более толстый, его предварительно размачивают горячей водой и удаляют скребком. Многослойные побелки клеевой краски смачивают 3-процентным раствором соляной кислоты и снимают скребками. Масляную краску можно размягчить, если шпателем нанести на поверхность пасту из 1 кг известкового теста и 1 кг просеянного мела, перемешанных и разбавленных 20-процентным раствором каустической соды до тестообразной массы. Наносят массу на стену слоем 1,5—2 мм. Через час-полтора, когда краска размягчится и начнет пузыриться, ее снимают штапелем или ножом, а поверхность промывают сначала водой, затем 1—2-процентным раствором соляной кислоты или уксусной эссенции, снова ополаскивают водой, протирают ветошью и дают просохнуть в течение 2—3 суток.

Белят потолки кистями 2 раза. Сначала в направлении к оконным проемам, затем — по диагонали. Кисть при работе надо держать перпендикулярно к поверхности потолка. На ручку кисти рекомендуется надеть половину старого резинового мячика, на котором при работе будет задерживаться стекающая краска. Для побелки можно применять и специальные распылительные устройства.

Окраску стен начинают после полного просыхания потолка. Красить следует вертикально сверху вниз. Клеевую краску надо наносить на поверхности теплой, тогда она лучше сходит с кисти или малярного валика.

При нанесении краски кистью или валиком нужно водить по одному месту не более 2 раз, иначе нанесенная краска будет отслаиваться, тянуться за кистью или валиком.

Чтобы легче удалить старую масляную краску с поверхности стены, ее проглаживают горячим утюгом через фольгу до размягчения, а затем счищают шпателем.

При окраске масляной краской старую краску, если на ней нет вздутий и шелушений, не удаляют.

Лаки смывают соответствующими растворителями.

Все поверхности перед окраской должны быть хорошо высушены. Влажность штукатурки или бетона перед окраской не должна превышать 8 %, деревянных поверхностей — 12 %. Поверхности, окраши-

ваемые известковыми красками, могут быть более влажными.

Окраска клеевыми составами. Подготовленную к окраске поверхность огрунтовывают. Без грунтовки окраска будет неровной и пятнистой. Грунтовки бывают строго определенного назначения, например для клеевой окраски, или универсальными.

Под клеевую окраску можно приготовить купоросную грунтовку. Для этого в 3 л кипящей воды растворяют 100—150 г медного купороса, отдельно в 2 л воды варят 200 г сухого столярного клея, 250 г 40-процентного хозяйственного мыла разводят в 3 л воды. Раствор мыла вливают в клеевой раствор, тщательно перемешивают, добавляют 20—25 г натуральной олифы и снова перемешивают. Затем вливают тонкой струйкой раствор медного купороса, насыпают 2,5—3 кг просеянного мела и доливают водой — должно получиться 10 л грунтовки. Поваренную соль кладут в известь для придания ей прочности. Олифа, добавляемая в грунтовку, смягчает пленку и улучшает прилипание колера. Если количество олифы, указанное в рецепте, будет немного увеличено, качество грунтовки не ухудшится, а наоборот, улучшится. Готовя купоросную грунтовку, мыло без олифы употреблять нельзя, иначе оно в растворе купороса свернется.

Приготовленным составом покрывают поверхность, дают ей просохнуть и шпаклюют. Для шпаклевки 1,5 л 10-процентного раствора животного клея смешивают с 10 л купоросной грунтовки и добавляют просеянный мел до получения тестообразной консистенции.

При приготовлении купоросной грунтовки и шпаклевки надо помнить, что купорос следует разводить только в неметаллической посуде (эмалированной, глиняной, пластмассовой). Хранить купоросную грунтовку можно не более 5 суток.

После просыхания поверхность зачищают, грунтуют и, дав грунтовке просохнуть, приступают к окраске. В клеевые колеры можно вводить все пигменты, за исключением свинцового сурика. Если колер готовится из разных пигментов, то каждый из них замачивается в отдельной посуде.

Клеевые окрасочные составы готовят следующим

образом. За сутки или двое замачивают в отдельной посуде просеянный мел и пигменты. Воды наливают столько, чтобы получилась сметанообразная масса. Пигменты хорошо перемешивают 2—3 раза. Замоченный пигмент добавляют в белый колер отдельными порциями. Все хорошо размешивают. Чтобы проверить цвет пигмента, на кусочек стекла намазывают полученный колер и сушат стекло над огнем. Если цвет колера нужно усилить, то добавляют еще пигментной пасты; если он соответствует заданному цвету, его закрепляют клеем, постепенно вливая клеевой раствор. После первой порции клея раствор сильно густеет, но добавлять воду в него нельзя, нужно подождать немного. После перемешивания клеевая краска разжижается.

Если клея недостаточно, краска будет пачкаться, при его избытке растрескивается красочная пленка. Поэтому клей вливают тонкой струйкой в колер, проверяя его на заклейку, подсушивая на стекле. Если колер слегка пачкается — значит, клея достаточно, если же появляются блестящие полосы — значит, клея много и нужно добавить воды.

Колер должен иметь достаточную густоту. Проверяют ее так: наносят каплю колера на чистое стекло и ставят его вертикально — колер имеет достаточную густоту, если капля стекает на 20—30 мм.

В белый колер рекомендуется добавить ультрамарин для придания ему голубоватого оттенка. Состав белого колера: мел — 1 кг, ультрамарин — 50 г, клей плиточный сухой — 80...100 г, вода — 7...8 л.

Удобен в пользовании полуфабрикат «Побелка малярная».

Клеевые краски (казеиновые, декстриновые и на костном клее), лаки, готовые к употреблению, выпускаются в виде сухих красочных составов, которые непосредственно перед употреблением нужно развести холодной водой (1 л воды на 1 кг сухой краски). Сначала в 0,6 л воды растворяют сухую краску, затем добавляют в раствор 20—40 г олифы, оставшуюся воду и все процеживают через сито. Приготовленный раствор следует хранить не более 24 ч. Декстриновые краски или краски на костном клее надо смешать с теплой водой в соотношении 1:1, дать смеси отстояться в течение 5—6 ч, а затем вновь размешать.

Сохранять клеевую краску длительное время нет

смысла, так как колер ее уже через несколько часов изменяется, и она светлеет.

Окраска известковыми красками. Поверхности очищают, как и под клеевую окраску, смачивают водой и грунтуют. Существует несколько рецептов грунтовок. Вот один из них. В 10 л воды размешивают 5 кг известкового теста. Отдельно в 4 л кипящей воды растворяют 100—200 г поваренной соли или 400 г алюминиево-калиевых квасцов. Этот раствор вливают тонкой струйкой в известковое тесто и разбавляют водой до 20 л. Все процеживают через сито с ячейками 1×1 мм. Для закрепления побелочных составов используются квасцы, олифа или поваренная соль.

Побелочный состав с применением соли готовится так. В горячей воде растворяют поваренную соль (100—150 г на ведро известкового раствора). В 5—6 л воды размешивают 3—4 кг известкового теста, добавляют раствор поваренной соли и разбавляют водой до получения 10 л раствора. К нему можно добавить в виде пасты заранее замоченные сухие щелочестойкие пигменты (охру, сурик железный, сажу, мумию, окись хрома, умбру, жженую кость).

Чтобы белый раствор не давал при покраске желтоватого оттенка, в него добавляют ультрамарин (синьку).

По верху стены краску кладут строго горизонтально, для чего по отбитой мелом горизонтальной линии проводят кистью полосу на расстоянии 15—20 см от потолка, а затем окрашивают стены валиком или маховой кистью. Красят 2 раза.

Известковые краски в основном используют для наружных работ при окраске оштукатуренных фасадов. Внутри помещения они применяются при отделке подвальных стен и потолков, а также других сырых помещений.

Поскольку известь обычно легче достать, чем качественный мел, целесообразно применять известковые краски и при отделке сухих помещений. Например, потолки можно побелить известью, оштукатуренные поверхности стен окрасить известковыми красками и т. д.

Если надо покрасить известью поверхность, покрытую ранее клеевым составом, обязательно удали-

те с нее старый мел, так как известковые краски могут отслоиться.

Окраска масляными красками. После очистки и ремонта штукатурки стен их покрывают олифой с добавлением пигментов или тертой краски. Пигмент берется в пределах 10 % от массы олифы. Олифу можно применять любого цвета и сорта. Из пигментов предпочтительнее охра, сурик и мумия. Сухие пигменты лучше тертой краски, так как создают на поверхности шероховатость, которая обеспечивает прочное прилипание краски. Предварительно олифу подогревают. Иногда проолифку выполняют дважды. При улучшенной или высококачественной окраске стены огрунтовывают жидкой краской под цвет основного колера в пропорции: олифа натуральная — 100 г, краска масляная густотертая — 600...1200 г.

Шпаклевки под масляную краску применяют полумасляные или масляные. (Рецепт масляной шпаклевки см. на с. 379.)

Для получения полумасляной шпаклевки 20 г жидкого мыла растворяют в 200 г 10-процентного горячего клеевого раствора. Добавляют 1 кг олифы, 250 г скипидара или уайт-спирита (лакового керосина), 50 г сиккатива и немного мела, непрерывно помешивая. Затем кладут остальной мел до получения рыхлого теста. После засыхания шпаклевки стену шлифуют и окрашивают.

Масляные краски бывают готовые к употреблению (жидкие) и густотертые (пастообразные). Густотертую краску перед употреблением разбавляют олифой (150—600 г олифы на 1 кг краски).

Если масляный колер готовится из нескольких красок, то в краску, которой больше всего в колере, вливают олифу до рабочей густоты и, тщательно перемешивая, небольшими порциями остальные по цвету краски до получения колера нужного цвета. При необходимости его разбавляют олифой.

Густотертую масляную краску можно развести и на скипидаре, но тогда поверхность будет матовой. Можно регулировать степень глянцевитости поверхности, добавляя скипидар к краске, разведенной олифой. Прочность и глянцевитость поверхности, окра-

шенной масляной краской, повысятся, если покрыть ее масляным лаком.

Для ускорения высыхания краски в нее добавляют сиккативы (жидкие окислы некоторых металлов). Они используются для ускорения высыхания масел, масляных красок, олиф и лаков, причем светлые сиккативы добавляют только в светлые краски и не более 3—4 % от массы краски, иначе прочность ее уменьшится. При нанесении последнего слоя сикка тив в краску не добавляется.

Улучшить блеск масляной краски можно, добавив в нее масляно-смоляной лак 4С.

Чтобы получить нужный цвет масляной краски, иногда приходится смешивать несколько разных красок вместе. Однако некоторые краски нельзя смешивать. Например, белила цинковые — с баритовой желтой, цинковой желтой, лазурью, киноварью ртутной; белила свинцовые — с киноварью ртутной, литопонными белилами, баритовой и цинковой желтыми, ультрамарином; белила литопонные — с белилами цинковыми, кроной желтой, зеленью свинцовой, хромовой, кобальтом фиолетовым; белила титановые — с лазурью; крон желтый — с киноварью ртутной, баритовой желтой; цинковую желтую — с кобальтом синим, ультрамарином, кобальтом фиолетовым.

Со всеми красками можно смешивать зелень изумрудную, окись хрома, охру, мумию, марс желтый, умбру, сурик железный, малахит, кость жженую, виноградную черную и некоторые другие.

Краску наносят тонким слоем в два приема. Второй слой кладут после высыхания первого. Наносят масляную краску широкими мазками вдоль поверх ности, а затем растушевывают поперек мазка и снова красят вдоль.

Еще немного *о красках, лаках, эмалях*. Кратко слова «эмаль», «лак», «краска» расшифровываются так: эмали и краски — непрозрачные, матовые, глянцевые; лаки — прозрачные. Лаки и эмали изготавливаются на основе синтетических смол, краски — на основе олиф или поливинилацетатной эмульсии О том, какой связующий элемент входит в краску эмаль, лак, можно узнать по буквам, которые стоят рядом с названием.

МА — краски на олифах из растительных масел,

ГФ — эмали на глифталевых лаках; ПФ — эмали на пентафталевых лаках; НЦ — эмали на основе нитрата целлюлозы; КО — на кремнийорганических лаках; ФА — на масляно-фенольных лаках; МЧ — на мочевино-формальдегидных смолах; ЭВА(ВА) — на основе поливинилацетата; ВС — на основе сополимеров винилацетата; ПВС — на основе поливинилового спирта; БГ — на основе битумов; АК — на акриловых смолах; УР — на основе полиуретанов; МС — на меламиностирольных смолах; АУ — на алкидно-уретановых смолах.

После букв идут цифры. Обозначают они следующее: 1 и 5 — можно красить как снаружи, так и внутри, 2 — только внутри, 0 — грунтовка, 00 — шпаклевка.

Краски, обозначение которых начинается с индексов МА, ГА, ПФ, ФА, относятся к группе алкидных. Ими можно красить сухие стены — оштукатуренные, бетонные, деревянные, из ДСП. Все они совместимы друг с другом, их можно смешивать в различных пропорциях. Для них пригодны одни и те же разбавители, растворители, шпаклевки, грунтовки. Растворителями для этих красок служат скипидар, уайт-спирит, растворитель РС-2.

Кремнийорганические эмали — КО — представляют собой взвеси пигментов и наполнителей в кремнийорганическом лаке, в который добавлен растворитель. Эти эмали держатся на бетоне, штукатурке, металле, дереве, пластмассе, стекле. Могут применяться как для наружных, так и для внутренних работ. Эти эмали хорошо выдерживают перепады температур, потому годятся для окраски радиаторов отопления, труб, арматуры.

Для разбавления загустевшей краски или эмали, снижения их вязкости используют уайт-спирит, скипидар, а также специальные разбавители и растворители — № 646-651, КР-36, РМЛ-218, РС-2, Р-40, рассчитанные на разный тип красок. Их можно использовать и для мытья малярного инструмента.

Олифы. Для ремонтных работ в доме наиболее часто применяются олифы натуральная, «Оксоль» и комбинированная.

Натуральная олифа изготовляется на основе конопляного или льняного масла путем нагревания

с добавлением сиккатива. Используется для пропитки деревянных поверхностей перед покрытием краской, а также для разведения густотертых масляных красок и белил, приготовления грунтовок. Краска, разведенная на натуральной олифе, дает твердую и быстро высыхающую пленку и может применяться как для внутренних, так и для наружных работ.

Олифа «Оксоль» изготовляется путем окисления растительных масел (подсолнечного, соевого и др.) с добавлением сиккатива и растворителей (скипидара, уайт-спирита). Краска, разведенная на этой олифе, сохнет дольше, чем краска на натуральной олифе; пленка отличается меньшим блеском и твердостью. Применяется олифа «Оксоль» только для внутренних работ. Не рекомендуется использовать ее для разведения красок, предназначенных для окраски пола.

Комбинированные олифы (К-2, К-3, К-4, К-5) применяются главным образом как полуфабрикат для изготовления масляных красок.

Окраска водоэмульсионными (воднодисперсными) красками. Водоэмульсионные краски применяются как для наружных, так и для внутренних работ. Ими можно окрашивать деревянные, бетонные, оштукатуренные, каменные, загрунтованные металлические, стеклянные, пластмассовые и другие конструкции. Нельзя их использовать для окраски покрытий из клеевых красок, лакированных поверхностей.

Поверхность перед окраской следует подготовить так же, как и перед окраской масляными составами. Нельзя грунтовать растворами, содержащими медный купорос,— он образует с краской химические соединения, в результате чего свойства последней ухудшаются.

Перед употреблением краску необходимо тщательно перемешать и в случае загустения развести водой до рабочей вязкости.

Водоэмульсионные краски легко наносятся на поверхность кистью, валиком, пульверизатором и образуют долговечные покрытия. Продолжительность просыхания покрытия (при температуре 18—23 °С) — не более 30 мин, полного просыхания — около 2 ч.

Краску рекомендуется наносить в 2 слоя, причем

второй слой — после просыхания первого. 1 кг краски достаточно для покраски поверхности площадью более 10 $м^2$.

Для наружных отделочных работ предназначены краски ВД-ВА-17, ВД-КЧ-183, ВД-АК-111, для наружных и внутренних работ — ВД-ВА-129, для внутренних работ — ВД-ВА-27А, ВД-ВА-224, для туалетов (помещений с повышенной влажностью) — ВД-ВА-224.

Поверхности, окрашенные этими красками, легко моются водой.

Во время работы с водоэмульсионной краской окна в помещении должны быть закрыты до ее просыхания. Краска «боится» сквозняка и мороза. Замерзшая и оттаявшая она не пригодна к употреблению.

После работы следует сразу же тщательно вымыть водой посуду и кисти, так как засохшая водоэмульсионная краска не отмывается.

◇ Приступая к малярным работам, закройте пол и мебель. Мебель можно обернуть полиэтиленом и завязать. На пол не следует стелить газеты: они легко сбиваются, рвутся, грязь все равно попадает на пол. Лучше взять плотную бумагу и прямо на полу склеить ее одним большим «ковром». Окончив побелку и малярные работы, его можно свернуть вместе с мусором и выбросить.

Оконные рамы и двери перед окраской надо обязательно вымыть или протереть влажной тряпкой. Стекла рекомендуется натереть разрезанной пополам луковицей или смоченным в уксусе тампоном: это поможет легко снять со стекла пятна от масляной краски. Можно нарезать полоски плотной бумаги и наклеить их на стекла мучным или крахмальным клейстером. Дня через два намочить бумагу и снять ее, а следы клейстера удалить влажной тряпочкой.

Приборы рекомендуется вывернуть и поставить на место после высыхания краски.

Перед началом побелки смажьте лицо и руки жирным кремом, наденьте перчатки. Когда работа будет окончена, сделайте теплую ванночку для рук, чтобы смыть с них известь, разъедающую кожу. Во время побелки следите, чтобы известь не попала на лицо, в глаза, так как она вызывает сильные ожоги.

◇ В какой цвет окрасить стены комнат? Это важно не только с эстетических, но и с гигиенических

позиций. Известно, что различные цвета по-разному действуют на человека: красный цвет утомляет, зеленый — успокаивает, оранжевый и желтый — бодрят. Холодные цвета — голубой, зеленый, серый — вызывают ощущение большого простора.

Не рекомендуется красить стены в темные и резкие цвета (красный, зеленый, ультрамариновый, вишневый), поскольку они зрительно уменьшают внутренний объем и раздражают органы зрения.

Не следует красить стены одной комнаты в разные цвета. Изменение тона возможно в нише (более темный) и других выделенных частях комнаты при условии варьирования оттенков в пределах одного цвета.

Не рекомендуется красить потолок в цвет стен, поскольку это зрительно снижает и без того невысокие потолки в наших квартирах. По традиции потолок должен быть белым, а чем шире будет белая полоса между краем потолка и цветной окраской стен (не менее 15—20 см), тем выше будет казаться комната. Также лучше не выделять на стене фриз, отделяющий цвет стены от цвета потолка.

Стены в квартире следует покрывать светлыми красками в мягких колерах.

Различают 3 группы колеров: холодные — синий (голубой), зеленый, фиолетовый; теплые — желтый, красный, оранжевый; нейтральные — белый, черный. Основные цвета — красный, голубой, черный, белый, желтый. Другие тона получают путем смешения основных, а снижение интенсивности — добавлением белой краски.

Выбирая колер стен, следует помнить, что клеевая краска после высыхания становится светлее, а масляные и эмульсионные краски темнеют. Поэтому перед окончательным решением о выборе колера сделайте пробу на стене (окрасьте небольшой участок), которая покажет истинный цвет приготовленной краски.

◇ Если помещение окрашивают в один цвет, сначала производят грунтовку потолка и стен, затем окрашивают. После этого протирают от грязи и краски оконные переплеты, двери, подоконники, наличники и окрашивают их масляными или эмалевыми красками. В последнюю очередь красят плинтусы и полы.

Если потолки и стены окрашивают в различные цвета, сначала огрунтовывают и окрашивают потол-

ки, затем — стены. После этого отводят филенку, красят окна, двери, наличники, подоконники и плинтусы.

◇ При оклейке стен обоями сначала огрунтовывают и красят потолки, затем двери, наличники, окна, подоконники, плинтусы, а после этого оклеивают обоями стены.

◇ Сильно загрязненные стены перед побелкой потрите песком или помойте водой.

◇ Если на стенах, потолках есть дождевые подтеки или копоть, побелите их сначала известью, смешанной с золой.

◇ В тех местах, где стены примыкают к потолку или друг к другу, образуя угол, бывает больше всего пропусков при окраске. Поэтому эти места надо сначала проторцевать кистью, а затем, тщательно разгрунтовывая краску, покрасить обычным способом.

◇ Чтобы окраска была однородной, краску надо почаще перемешивать. Для этого можно использовать кусок согнутой проволоки, вставленной в дрель. Сверху банку желательно прикрыть картонным кружком и проткнуть через него проволоку.

◇ Набрав кистью краску, ее слегка отжимают о край посуды.

Кисть во время работы надо держать перпендикулярно к окрашиваемой поверхности.

◇ Большие поверхности удобно окрашивать валиком. Однако прежде чем применить его, следует окрасить флейцем углы стены, стыки с окнами, дверьми и другие места, где валиком красить неудобно. Ширина окрашенной кистью полосы должна быть не менее 7—8 см. Окраску валиком начинают с нескольких мазков крест-накрест, а затем растирают их. Много краски на валик так же, как и на кисти, не набирают.

Поролоновый валик незаменим для получения ровной гладкой окраски. Бывает довольно сложно обмакнуть его в краску так, чтобы он весь равномерно покрылся тонким слоем красящего состава. Краску надо вылить в тазик или широкую миску, слегка погрузить в него валик и начинать медленно поворачивать его тоненькой деревянной палочкой или щепкой, пока краска не впитается по всей площади валика.

Краску следует наносить тонким слоем. Если за

один раз покрыть поверхность не удастся, красить ее вторично надо после того, как высохнет первый слой. Два или три слоя краски всегда прочнее одного толстого.

◇ При окраске стен водные составы наносят кистью слегка, причем по одному месту проводят кистью не более двух раз. На потолке первый слой наносят перпендикулярно оконному проему, второй — параллельно ему. Если окна в комнате с разных сторон, то последний слой наносят по длине потолка.

На стенах последний слой краски рекомендуется наносить вертикально.

Деревянные поверхности красят в последний раз вдоль волокон.

◇ В жаркое время клеевую краску нужно наносить утром или вечером, когда нет зноя.

◇ После побелки потолков и стен двери и окна легко отмываются от белых подтеков смесью воды и уксуса (1 часть уксуса на 2 части воды).

◇ Эмали и лаки следует применять подогретыми, для чего посуду с ними ставят в горячую воду, доводя температуру до 60—80 °С.

Некоторые эмали изготовлены на летучих растворителях, поэтому подогревать их рекомендуется в закрытой посуде. При этом надо помнить, что растворители огнеопасны.

◇ Ряд эмалей выпускается только для механического распыления. Они не пригодны для работы кистями, так как из них быстро улетучивается растворитель.

◇ Чтобы побеленные поверхности не пачкались, можно добавить в побелку химические препараты, заменяющие крахмал,— «Альба», «Белая эмульсия», «Шершкнас», «Велте», «Луга», «Сина», «Элегант» (с отбеливателем).

◇ Сухие пигменты рекомендуется добавлять к лакокрасочному материалу на следующих разбавителях: для масляных красок — на скипидаре, бензине; для масляного лака — тонизирующие пасты на олифе; для клеевой краски — замешанные на клеевой воде; для мелового теста — пигменты на воде.

◇ Если на не совсем высохшей краске остался отпечаток пальца, смочите водой указательный палец и протрите им отпечаток.

Для уничтожения следов кисти свежеокрашенные

стены флейцуют специальными кистями — флейцами.

Для улучшения вида окрашиваемой поверхности ее обрабатывают предназначенной для этого кистью — торцовкой.

◇ На масляных и эмалевых красках при длительном хранении образуется толстая пленка. Чтобы этого не произошло, кладут на поверхность краски кружок из плотной бумаги и наливают сверху немного олифы или машинного масла.

Если на поверхности краски образовалась пленка, процеживать ее не обязательно. Достаточно опустить в банку часть капронового чулка и макать кисть прямо через него. Краска при этом используется полностью, без потерь.

Чтобы масляная краска не засыхала, края банки, в которой она хранится, намазывают краской и покрывают банку куском стекла.

Если вы израсходовали только часть краски, плотно закройте крышкой банку с оставшейся краской и переверните вверх дном. Корочка, которая образуется с противоположной стороны, не будет мешать при вторичном использовании краски.

◇ Новые кисти предварительно следует подержать в воде 50—60 мин. От воды они разбухают и увеличиваются в объеме — это позволяет предохранить щетину и волос от выпадения и тем самым обеспечить высокое качество окраски.

Перед работой масляными красками намоченные кисти следует просушить и поработать ими 20—30 мин по грубой штукатурке или по кирпичу, смочив их в краске. При этом выступающие волоски выровняются.

При длительных перерывах в работе кисти надо хорошо промыть от масляных красок: сначала — в керосине, скипидаре или уайт-спирите, затем — в мыльной воде. Кисти от клеевых красок моют в чистой теплой воде (причем мыть их рекомендуется каждый день), затем отжимают и придают им форму факела.

После эмалей, красок, лака даже давно засохшие кисти можно восстановить, если проварить их в 9-процентном уксусе.

◇ Сразу же после работы с масляными красками валики и кисти хорошо промойте в бензине и поставь-

те в чистую воду. В неотапливаемом помещении их лучше хранить в ведре с керосином, скипидаром или в той же краске, которой производилась работа, но так, чтобы они не касались дна посуды, то есть в подвешенном состоянии.

Чтобы кисть, употребляемая для работы масляными красками, не высыхала, ее следует положить в банку с растворителем, сверху на банку и ручку кисти надеть полиэтиленовый мешочек и затянуть его на банке резинкой.

◇ После нитрокрасок, нитроэмалей кисти можно промыть растворителем № 647, затем поместить в чистую воду. На зиму при хранении в холодных условиях лучше залить их тем же растворителем или хорошо промыть, просушить и завернуть в ветошь.

◇ Окраску встроенных или подвесных шкафов начинают с труднодоступных внутренних стенок.

◇ Переплеты оконных рам, плинтусов, филенок и нижнего края дверей удобнее всего окрашивать малым флейцем (около 5 см в поперечнике).

◇ При окрашивании оконных переплетов следует обратить внимание на углы. Краску или эмаль растушевывают вдоль брусков переплета. Окрашенные переплеты на двое суток оставляют открытыми, чтобы краска полностью высохла и не прилипала к коробкам при закрытии переплета.

◇ Дверь начинают окрашивать с филенок, затем переходят к выступающим поверхностям. Заглаживают краску почти сухой кистью легкими мазками снизу вверх. Краску сначала наносят поперек, затем растушевывают вдоль двери. Наличники окрашивают таким же образом.

◇ Плинтусы окрашивают вдоль с применением щитков.

◇ Стулья, столы, табуретки начинают красить с внутренней стороны, поставив их ножками вверх, а затем переворачивают и красят с наружной стороны. Чтобы не испачкать пол краской, под ножки мебели следует подложить крышки от консервных банок.

◇ Известен простой и качественный способ окраски деревянных поверхностей. Свежий, хорошего качества цемент растирают на камне с молоком до густоты масляной краски и с помощью кисти в 2—3 приема наносят на неполированную деревянную

поверхность. Такая обработка не только предохраняет оконные рамы и другие предметы из дерева от влияния погоды, но и делает их огнеупорными.

◇ При выполнении окраски стен известковыми и клеевыми составами нередко обнаруживаются те или иные дефекты. Их надо знать и уметь исправить. Вот наиболее распространенные:

отмеливание слоя краски — опрыскивают из краскопульта слабым клеевым раствором или повторно огрунтовывают и окрашивают поверхность;

отслаивание красочной пленки — растушевывают набел кистью с водой. Если не поможет — удаляют набел, перетирают поверхность, огрунтовывают и окрашивают;

просвечивается старая краска — заново окрашивают поверхность. Если не помогает — заново огрунтовывают, применяя подцвеченную грунтовку под цвет краски;

высолы — очищают стальными щетками. Тщательно сушат, перетирают штукатурку, окрашивают масляной краской исправленное место, огрунтовывают и заново перекрашивают всю поверхность;

полосатость — промывают водой нужные места и окрашивают заново с помощью краскопульта жидким окрасочным составом;

жилы — удаляют краску, огрунтовывают поверхность и окрашивают;

мраморовидные пятна — размывают краску и грунтовку и заново окрашивают.

◇ Дефекты масляной окраски устраняют таким образом:

следы от кисти или подтеки — зачищают засохшую краску шкуркой и заново окрашивают;

отслаивание краски — удаляют отставшую краску, зачищают поверхность шкуркой, моют мыльной водой, сушат и заново окрашивают;

вздувание краски — удаляют вздувшуюся краску, сушат основание, олифят, шпаклюют и красят;

сетка трещин на краске — зачищают шкуркой, заделывают трещины и окрашивают поверхность;

матовые пятна, появляющиеся при закрашивании плохо загрунтованных поверхностей, прочищают шкуркой и окрашивают.

◇ Следы от пальцев на белых дверях удаляются тряпкой, смоченной в керосине.

◇ Перед окраской металлических каркасов, мебели, планок, трубок надо протереть их тряпкой, смоченной в уксусе, и дать высохнуть — краска будет лучше держаться.

◇ Чтобы окрасить нитроэмалью металлическую деталь, на нее надо нанести грунтовку. Можно использовать для этого «Грунт 147». Перед огрунтовыванием изделие обезжиривают бензином. Раковины, царапины шпаклюют шпаклевкой НЦ-008. После огрунтовки наносят нитроэмаль. Она выпускается в виде аэрозолей. «Грунт 147» можно заменить разведенным спиртом клеем БФ-2. Но в этом случае изделие следует прогреть так, как указано в инструкции для применения клея БФ-2.

◇ Окрашивая металлическую крышу, надо предварительно очистить ее от ржавчины. Для этого крышу чистят металлической щеткой, обезжиривают бензином и наносят один из составов для удаления ржавчины, например «Автопреобразователь ржавчины». Через 4—5 суток крышу можно красить. (Работать надо в резиновых перчатках и в защитных очках.)

Приступая к окраске железной крыши, можно огрунтовать листы алкидными смолами с железным или свинцовым суриком. Готовые составы алкидных смол с меламино-формальдегидными и мочевино-формальдегидными смолами непроницаемы для влаги и не растрескиваются. После огрунтовки листы окрашивают.

◇ При работе с красками надо помнить, что:

некоторые пигменты ядовиты;

брызги купороса или водоэмульсионных красок после высыхания удаляются с трудом или вообще не удаляются;

известь разъедает кожу;

разбавители масляных красок и лаков огнеопасны;

попадание каустической соды на тело вызывает ожоги, работают с ней в очках и перчатках;

испачканные эмалевыми или масляными красками руки нельзя мыть растворителями или скипидаром, так как это может вызвать раздражение кожи;

применение в клеевых красках свинцового сурика может вызвать свинцовые отравления;

во время работы с эмалевыми красками и их высыхания помещение нужно хорошо проветривать.

Чем вывести пятна от краски. С помощью препарата «Рукитис» удаляют различные краски со стекла, дерева, бетона, линолеума.

Пятно от казеинового клея удаляют с помощью ферментных препаратов «Сульфопан» или «Оризол».

С кожи пятна краски счищают препаратами «Вици», «Моментальный».

Руки, выпачканные масляной краской, натрите подсолнечным маслом и вымойте теплой водой с мылом.

Препаратом «Сож» снимают трудноудаляемые загрязнения, масляную краску, смолу, графит и т. д.

Обои для квартиры

Обои — отделочный материал на бумажной основе с печатным или тисненым рисунком. Они хорошо скрывают мелкие дефекты стен и эффектно дополняют общее убранство интерьера.

По способу изготовления различают грунтованные и негрунтованные бумажные обои. Негрунтованные обои бывают тисненые и печатные. Грунтованные обои подразделяются на несколько видов: печатные лепковые — краски наносятся на бумагу одновременно с рисунком; лакированные — краски покрываются слоем лака; обои с пленочными покрытиями; металлизированные — рисунок по грунту с металлическим порошком; под шелк; сатинированные; с рельефной печатью и т. д.

По эксплуатационным качествам обои бывают обычные, влагостойкие, ворсистые или велюровые (звукопоглощающие); по рисунку — с гладким или рельефным рисунком, фоновые. Кроме того, изготавливаются потолочные обои, фризы и бордюры.

Обои выпускают в рулонах длиной 6; 10,5; 12 и 18 м, шириной — 500, 560, 600 и 750 мм. К условным знакам на обоях добавляют индексы «В» (влагостойкие) и «М» (моющиеся). Печатные обои обозначают буквами А, $А_в$, $А_м$, печатные тисненые — Б, $Б_в$, печатные гофрированные — В, $В_в$, дублированные — Г, $Г_в$, $Г_м$.

Влагостойкие, моющиеся обои отличаются от обыкновенных тем, что покрыты тонкой синтетической пленкой. Однако стены жилых комнат оклеивать такими обоями нельзя, так как покрывающая их синтетическая пленка содержит поливинилхлоридную смолу, дибутилфталат или диоктилфталат, которые могут выделяться в воздух помещений и оказывать неблагоприятное воздействие на организм человека. Это весьма подходящие покрытия для стен кухни и санузла.

Декоративные самоклеящиеся пленки годятся не только для отделки стен, но и встроенных шкафов, дверей.

Эффектен линкруст, представляющий собой плотную бумажную основу с нанесенной на нее особым способом синтетической смолой.

Какие обои лучше. На этот счет разработано немало рекомендаций, помогающих сделать жилище по-настоящему красивым и уютным. Полагаясь на собственный вкус все же не пренебрегайте квалифицированными советами.

Для комнаты, в которой собирается вся семья, где бывают гости, подходят светлые и нарядные обои. Не обязательно каждую комнату оклеивать разными обоями. Смежные комнаты при открытых дверях будут смотреться одним просторным помещением, если их оклеить одинаковыми обоями. Смежные комнаты, примыкающие друг к другу по узкой стороне, то есть вытянутые в длину, лучше оклеить обоями, похожими по рисунку, но контрастными по цвету. Например, одни голубого, другие желтоватого оттенка. Это зрительно сократит удлиненные пропорции комнат. Для оклейки прихожей лучше выбирать темные обои: при переходе из прихожей в светлую комнату создается ощущение увеличенного пространства. К тому же темные обои в передней практичнее.

Комнату, в которой недостаточно света, лучше оклеивать обоями светлых, теплых тонов, скажем, желтоватых. Для солнечной комнаты предпочтительны голубоватые, сероватые или зеленоватые оттенки. Подойдут и более темные обои.

Если небольшую комнату (10—15 $м^2$) оклеить обоями с крупным рисунком, она будет казаться меньше. Комната с низким потолком кажется выше,

если оклеена обоями с четко выраженным рисунком вертикального направления, обои же с горизонтальными полосами, наоборот, зрительно снижают высоту помещения. Длинная комната не будет производить впечатление чересчур вытянутой, если подобрать для нее обои с рисунком вертикального направления.

Обои с ярким и крупным ковровым рисунком всех оттенков навязчивы, быстро утомляют и мешают восприятию декоративного убранства квартиры.

Если шторы на окнах или обивка мебели яркие, с явно выраженным рисунком, надо отдать предпочтение обоям спокойных тонов, не броским. На фоне обоев с четким орнаментальным или геометрическим рисунком лучше смотрятся гладкие, однотонные занавески, мебель с однотонной обивкой.

Оклейка стен обоями. Поверхность стены, оклеиваемой обоями, должна быть гладкой, чистой, сухой и не щелочной. На сырых стенах обои отклеиваются, а клейстер гниет. Ржавеющие места перед оклейкой необходимо покрыть нитроэмалью.

Стены, покрашенные клеевыми или известковыми составами, предварительно смачивают горячей водой, а затем соскребают эти составы шпателем, металлической щеткой, ножом.

Поверхности, окрашенные масляной краской, промывают раствором нашатырного спирта в воде (1:4) или протирают наждачной бумагой.

Перед оклейкой деревянных стен их обивают картоном, предварительно смочив его. Когда картон высохнет, по стыкам наклеивают полоски бумаги.

Старые обои отмачивают, если они отслоились, горячей водой до тех пор, пока вода не перестанет впитываться. Для ускорения отмачивания старого клейстера в воду добавляют стиральную соду, нашатырный спирт. Затем обои счищают шпателем или скребком, промывают и подсушивают стены. Если старые обои держатся хорошо, их можно не смывать, достаточно оторвать лишь отстающие куски, заклеив эти места газетами.

Влажность штукатурки перед оклеиванием не должна превышать 8 %. Трещины и отверстия в штукатурке разрезают шпателем, замазывают гипсом и зачищают до образования ровной поверхности.

Сверху трещины можно проклеить полоской ткани, смоченной в эмульсионной краске. Затем оштукатуренные поверхности рекомендуется покрыть горячей грунтовкой, приготовленной из 100 г молотого мела, 1 л 10-процентного столярного клея, 500 г просеянной ржаной муки и 5 л воды.

Стены, обитые сухой штукатуркой, грунтуют и шпаклюют по линии швов, высохшую шпаклевку зачищают шкуркой и окрашивают масляной краской.

Шляпки старых гвоздей забивают в толщу стены и покрывают лаком. Для гвоздей и крюков в стены заблаговременно вбивают пробки и отмечают эти места маленькими гвоздиками.

Чтобы поверхность под обоями была гладкой и не впитывала влагу, ее предварительно оклеивают бумагой, можно газетами. Лист бумаги или газету намазывают клейстером и складывают пополам, а после пропитки клейстером накладывают на стену и приглаживают щеткой так, чтобы не было складок. Бумагу рекомендуется приклеивать клейстером с добавлением столярного клея. На 1 кг клея берут 10 л воды, 1 кг ржаной или пшеничной муки. Муку тщательно размешивают в холодной воде, чтобы не было комков. Массу протирают через сито, ставят на огонь и, непрерывно помешивая, доводят до кипения. Затем, добавляя холодную воду, доводят до консистенции сметаны. Чтобы клейстер не гнил, в него кладут квасцы (50 г на 10 л клейстера). За сутки до начала работы замачивают клей и растворяют в кипящей воде (1 часть клея на 3 части воды). Клей вливают в клейстер, непрерывно помешивая, и остуживают до комнатной температуры.

Для наклеивания обоев применяют клейстер, а также клеи «Бустилат-М», «Клей-71», «Клей обойный», КМЦ-Н, «Клей синтетический для обоев», ПВА. Моющиеся обои наклеивают клеями «Бустилат-М», «Бутилакс», «Акрилакс», мастикой ДФК.

Применяя клей КМЦ, готовят два состава: для обоев и газет. Для наклеивания обоев берут 4 части клея и 96 частей воды. В воду, помешивая, добавляют клей. Этот состав выдерживают 12 ч для набухания и растворения клея. Чтобы получить клейстер для наклеивания газет, в указанный состав добавляют наполнитель — на 1 л клейстера 260 г 30-процентной меловой пасты.

Обои перед оклейкой надо обрезать. Удобнее всего делать это сидя на стуле. Положив рулон на колени, обрезают кромку точно по обозначенной линии, сматывая обои снова в рулон. Причем у обоев, предназначенных для наклеивания на правую от окна сторону стены, кромку обрезают с правой стороны, у остальных — с левой. Когда переходят к левой кромке, рулон перематывают, чтобы было удобнее работать.

Затем обои нарезают на куски нужной длины, подбирая по рисунку. Для этого измеряют в нескольких местах высоту комнаты, прибавляют 5—10 см и режут обои точно под прямым углом небольшими партиями: раскатывают несколько рулонов, совмещают с рисунком первой партии и нарезают вторую партию. Если рисунок на обоях косой, то, обрезая полотнище, надо следить за тем, чтобы маркировка на его левой стороне находилась на одном уровне с маркировкой на правой стороне предыдущего полотнища. Оставшиеся короткие куски обоев не выбрасывают — они пригодятся для оклейки небольших поверхностей под окнами, над дверями и для последующего ремонта обоев.

Верхний обрез обоев должен проходить по отбитой параллельно потолку линии. Ее отбивают шнуром, который натирают углем или цветным мелом, туго натягивают и, слегка оттянув, опускают. Шнур ударит по поверхности, и на стене отпечатается полоска.

Чаще обоями оклеивают всю стену до угла между потолком и стеной. Если угол неровный, обои опускают на несколько сантиметров ниже потолка. В высоком помещении можно оставить потолочный фриз, чтобы оно не казалось слишком высоким.

Оклейку обоями производят так. От одного угла отмеряют ширину полотнища обоев и на этом расстоянии отбивают вертикальную линию. Обои раскладывают на полу стопкой, тыльной стороной вверх так, чтобы каждое нижнее полотнище выступало из-под лежащего на нем верхнего на 1 см. Сверху должно лежать полотно, которое будет наклеиваться первым. Клейстер на обои наносят большой кистью, обращая особое внимание на кромки обоев. Полотнища должны хорошо пропитаться им.

Клеить начинают от окна. Берут первое полотнище, складывают с двух сторон накленной стороной

внутрь, затем осторожно отгибают наружу верхнюю кромку, шириной примерно 5 см, прикладывают к стене по отбитой шнуром линии. Следя за совмещением продольной кромки с вертикальной линией, приклеивают полотнище к стене и приглаживают чистой ветошью и мягкой щеткой сначала сверху вниз, затем от середины к краям так, чтобы не оставалось складок, морщин и пузырей. На обои, особенно простые, сильно не нажимают, так как может размазаться краска. Если после приглаживания под обоями остается воздушный пузырек, его прокалывают, выдавливают воздух и приглаживают. Нижнюю часть полотнища плотно прижимают к плинтусу и отрезают острым ножом.

Второе полотнище приклеивается внахлестку на неотрезанную кромку первого полотна, третье — на кромку второго и т. д.

Для контроля за правильностью приклейки полотнищ по ширине комнаты отбивают 2—3 вертикальные линии. Полотно у угла стены должно закрывать оставшуюся часть оклеиваемой стены и перекрывать угол на 5 см. Чтобы на обоях не появились складки, часть полотнища, перекрывающую стену, перед приклеиванием надрезают в нескольких местах.

На следующей стене опять отбивают линию и по ней приклеивают полотнище. И так далее...

Бордюр наклеивают кусками длиной по 2 м, отмечают мелом уровень кромок, по меткам проводят слабую карандашную линию и по ней приклеивают куски бордюра. Чтобы бордюр или фриз лучше держался, можно до наклейки промазать клейстером всю площадь, к которой они будут приклеиваться, дать просохнуть минут 25 и приступить к наклейке.

Плотные обои намазывают клейстером 2—3 раза, дав клейстеру хорошо впитаться в бумагу.

Если при наклейке клейстер выдавливается из-под обоев, его снимают чистой тряпочкой.

С выключателями, штепсельными розетками поступают таким образом: полотнище, не намазанное клейстером, прислоняют к стене, отмечают, где расположены эти предметы, и от центра делают косые разрезы; снимают крышку выключателя (розетки), а, приклеив обои, устанавливают ее на место.

Высыхать обои должны медленно, поэтому в окле-

енном помещении нельзя устраивать сквозняки, обогревать его с помощью электроприборов.

Если необходимо заменить в обоях отдельные места, на них наклеивают новый кусок, совмещая рисунок, прорезают ножом оба слоя обоев в форме ромба, прямоугольника или квадрата, старый кусок удаляют и вместо него приклеивают новый.

Известно, что древесина от перемены влажности способна усыхать или разбухать, поэтому непосредственно на нее клеить обои нельзя. В качестве подстилающего слоя в таких случаях рекомендуется применять полотняную ткань. Для этого ее замачивают в воде, отжимают и с одной стороны часто прибивают гвоздиками с широкими шляпками. Ткань натягивают и прибивают с другой стороны. Затем прибивают боковые стороны. Шляпки гвоздей покрывают нитролаком. Когда ткань высохнет и натянется, ее оклеивают газетами, затем обоями.

Потолки оклеивают специальными потолочными обоями. Срезают с них кромку и нарезают полотнища. Клеят их параллельно лучам света, чтобы были менее заметны стыки. Работа очень трудоемкая, поэтому выполнять ее лучше втроем, а то и вчетвером. Складывать намазанные клеем полотнища не рекомендуется. Наклеенные обои приглаживают щеткой на длинной палке от середины к краям полотен, выдавливая из-под них воздух. Хорошо приклеенное полотнище обоев не должно иметь морщин, складок, вздутых мест.

Оклейка стен линкрустом. Поверхности перед оклейкой тщательно готовят: штукатурку ремонтируют, сушат, очищают от пыли, грунтуют составом из 1 кг олифы «Оксоль» или натуральный, 25 г сиккатива и 500 г тертого железного сурика (смесь перед употреблением хорошо перемешивают). Затем штукатурку сушат и шпаклюют. Рецепт приготовления шпаклевки: в 1 л воды растворяют и варят 100 г столярного клея, добавляют 125 г олифы. Этот раствор вливают в 2 кг просеянного мела и перемешивают. Опять сушат штукатурку 1—2 суток, зачищают и грунтуют. Затем готовят линкруст для наклейки. Его режут по длине, скатывают в рулоны и размачивают в горячей воде 3—5 мин, после чего раскатывают лицевой стороной вверх, собирают тряпкой излиш-

нюю воду и выдерживают во влажном состоянии не менее 6 ч (замочить можно накануне вечером). После этого острым ножом по длинной рейке обрезают кромку. Обрезку нужно делать очень тщательно, чтобы между полотнищами при оклеивании не было просветов. Полотна укладывают стопкой. Отбивают вертикальные линии в углах, наносят слой клейстера под наклейку нескольких полос. По отбитой линии приклеивают первое полотнище, затем второе и т. д. Линкруст высыхает через 7—10 дней, и его окрашивают масляными или эмалевыми красками. После высыхания прибивают наличники и плинтусы.

При оклейке стен линкрустом применяется также клей «Бустилат».

Линкрустовые обои моют с помощью резиновой губки теплой мыльной водой, затем досуха вытирают легкими движениями — тереть линкруст нельзя. Сильнозагрязненные, не поддающиеся чистке места лучше заменить новыми кусками обоев, оставшихся после оклейки. Жирные пятна на обоях можно вывести густой кашицей из картофельной муки (или зубного порошка) и бензина. Наносят эту смесь на пятно, а когда бензин улетучится, смахивают ее щеткой.

Чтобы на обоях не выступили ржавые пятна от шляпок гвоздей, на них наклеивают кусочки плотной бумаги или закрашивают масляной краской.

Оклейка моющимися обоями. Их нарезают на куски, складывают стопкой, намазывают «Бустилатом», оставляя кромки шириной 5—6 см. Подождав 15 мин, наклеивают кусок на стену внахлестку, перекрывая кромку на 2 см. Через сутки острым ножом прорезают оба полотнища по линейке, кромки отгибают, промазывают «Бустилатом», выдерживают 10 мин и крепко прижимают к стене. Выступивший клей тут же убирают мокрой тряпкой.

Оклейка самоклеящимися обоями. Их можно наклеивать на любые поверхности, если они хорошо подготовлены. Поверхности надо тщательно очистить шкуркой, сгладить все неровности, снять тряпкой даже пыль и только после этого оклеивать.

Рулоны нарезать на полотнища нужной длины, снять предохранительную бумагу с клеевого слоя, установить первое полотнище строго по вертикали

в углу помещения и пригладить сперва руками, затем тряпками или жесткой щеткой. Оклеивать две стороны угла цельным полотнищем не рекомендуется, так как угол может быть не совсем ровным и на поверхности обоев могут образоваться неровности и вздутия. Сцепление обоев со стеной будет прочнее, если последнюю обработать масляной краской и на нее, непросохшую, наложить обои.

Влагостойкие обои имеют водорастворимое клеевое покрытие. Полотнища таких обоев, предварительно раскроенные, перед употреблением опускают в воду на 30—60 с и затем наклеивают на стену.

◇ Необходимо следить, чтобы при работе не испачкать лицевую сторону обоев клейстером:

руки во время наклеивания обоев должны быть сухими и чистыми;

обои светлых тонов нужно приглаживать, обязательно подкладывая под тряпку или щетку чистый лист бумаги (только не газету).

◇ Чтобы не появились морщины, пузыри и темные пятна, обои следует наклеивать при закрытых окнах. Свежеоклеенные поверхности надо оберегать от сквозняков, чрезмерной влажности, солнечного света.

◇ Пыль с обоев снимают чистым веником, обернутым тряпочкой, после чего их протирают сухой овсяной крупой. Она хорошо очищает от грязи поры обойной бумаги. Пятна на обоях можно удалить мягкой школьной резинкой или мякишем белого хлеба, раскатывая его по пятну.

Полы и уход за ними

Дощатые полы. Если доски пола износились и требуют замены или пол рассохся и между половицами появились щели, а в досках трещины, если «пружинят» и скрипят доски пола — значит, ему необходим ремонт. И для этого не обязательно вызывать мастера. Небольшой ремонт можно выполнить своими силами.

Перед уплотнением или перестилкой полов необходимо заранее вырезать из досок две пары дере-

вянных клиньев и подготовить две плотничные скобы. Технология работ такова: сначала отрывают плинтусы, для чего их осторожно приподнимают топором или стамеской, затем отрывают доски, начиная с крайней от стены. Если пол рассохся по всей площади комнаты, нужно перестилать все доски; если образовались щели только с одной стороны, можно обойтись частичной перестилкой. Доски необходимо пронумеровать с обратной стороны, чтобы не перепутать. Затем очистить шпунт и гребень от шпаклевки и краски и вынуть из них гвозди. Уложить первую от стенки доску (на расстоянии 1—2 см от стены) и прибить ее к каждой лаге двумя гвоздями 100—150 мм (в зависимости от толщины досок гвозди должны иметь длину не менее трехкратной толщины доски). Гвозди надо забивать немного наклонно. Шляпки гвоздей рекомендуется сплющить, направляя их вдоль волокон, и забить в толщу доски на 3—4 мм. Чтобы гвозди не были видны, их можно забивать в паз шпунтованных досок, следя за тем, чтобы шляпка полностью вошла в доску и не мешала войти в паз гребню следующей доски. Прибив первую, укладывают следующие 3—4 доски. Затем в лаги на расстоянии 50—70 см вбивают скобы и с помощью клиньев прижимают доски к первой уже прибитой доске. Прибивают доски к лагам гвоздями наклонно к первой доске. После этого клинья выбивают, а скобы вынимают. Опять кладут 3—4 доски, сжимают с помощью скоб и клиньев. Затем подбирают по ширине и вставляют у противоположной стены в образовавшийся промежуток новую доску, оставив зазоры между ней и стеной и обтесав шпунт. После укладки досок пола прибивают плинтусы гвоздями длиной 75 мм. Прибивать их надо к стенам, а не к полу, иначе между стеной и плинтусом останется щель, как бы ее ни замазывали.

При проведении капитального ремонта полы настилают и прибивают плинтусы по окончании штукатурных работ.

Отдельные щели в полу заделывают небольшими планками на клею. Можно поступить и по-другому. Для заделки щелей между рассохшимися половицами в деревянном полу берут промазанные столярным клеем веревку или шпагат, плотно забивают их в щели и дают сутки просохнуть. После этого шпаклюют

щели замазкой, приготовленной из кусочков безосновного масляного линолеума, размягченного ацетоном.

Мелкие трещины заделывают замазкой, которая готовится следующим образом: в 15 частях воды варят 2 части плиточного столярного клея до полного его растворения, затем добавляют по 5 частей цемента и просеянных опилок и все тщательно перемешивают. Для придания нужного цвета можно добавить сухой пигмент под цвет пола или густотертую масляную краску. Перед замазыванием трещины очищают от грязи, смазывают клеевым раствором и втирают замазку в горячем виде. Старую, осла бевшую замазку удаляют. Когда замазка достаточно затвердеет, ее полируют наждачной бумагой до исчезновения бугорков, шероховатостей и царапин. Полы после этой работы можно мыть не раньше чем через 2 недели.

Если доски пола прогибаются при ходьбе, значит, лаги положены слишком редко — надо положить между ними дополнительные. Обычно в современных домах расстояние между лагами равно 500—600 мм. При перекладке лаг следует обратить внимание на их горизонтальность, тщательно следить за параллельностью укладки. Небольшие уклоны устраняются подкладкой под лаги листов толя, обрезков досок.

Чтобы половицы пола не скрипели, между ними просверливают отверстие диаметром 6—8 мм под углом 45 °С по отношению к полу, и в него забивают деревянный, смазанный столярным клеем штифт. Остается срезать стамеской выступающую часть штифта и зашпаклевать поверхность.

После ремонта полов с них удаляют старую шелу шащуюся краску и шпаклевку, зачищают и моют мыльной водой или раствором соды (20—25 г на 1 л воды) и только после этого шпаклюют и красят.

В продаже бывают готовые шпаклевочные соста вы, но при необходимости их можно приготовить и самим. Масляную шпаклевку готовят из олифы «Оксоль» или натуральной — 500 г, сиккатива жидкого — 25 г, 10-процентного животного клея — 100 г, скипидара или лакового керосина — 125 г, мыла жидкого — 10 г, сухого просеянного мела — 2,5—3 кг. В горячем клеевом растворе разводят мыло, затем при непрерывном помешивании вливают сначала

олифу, затем скипидар и, наконец, сиккатив. В полученную эмульсию добавляют немного мела и перемешивают до образования требуемой густоты.

Для приготовления лаковой шпаклевки необходимо иметь 1 кг масляного лака, 150 г 10-процентного животного клея и мел. Чтобы придать шпаклевке нужный цвет, в нее добавляют соответствующие пигменты.

Готовят шпаклевку непосредственно в день ее применения и используют теплой. Чтобы она не остывала во время работы, ее можно поставить в таз с горячей водой. Шпаклюют полы металлическими или деревянными шпателями, вдавливают шпаклевку в щели и выбоины. После засыхания шпаклевку зачищают и шлифуют пемзой и шлифшкуркой, обернув ею деревянный брусок.

Нередко для улучшения качества пола шпаклевку выполняют дважды. Чтобы поверхность полов была ровной, без трещин, на свеженанесенную шпаклевку расстилают марлю, хорошо ее растягивают и шпаклюют полы еще раз так, чтобы марля полностью покрылась шпаклевкой. После высыхания шпаклевку зачищают и шлифуют. Затем приступают к окраске.

Для окраски деревянных полов можно рекомендовать пентафталевые эмали ПФ-2135, ПФ-266, ПФ-236, титановые белила МА-25 для пола, нефтеполимерную краску НП-2М, фенолоформальдегидные эмали ФЛ-2109, ФЛ-2128, ФЛ-254, краску КФ-235 и др. Предпочтительнее эмали ПФ-2135, ПФ-266 и ФЛ-2128.

Красить лучше в 2—3 приема. После первой и второй окраски пол должен сохнуть 3—4 суток, после третьей — 6...7 суток.

Если полы уже были покрыты краской, их достаточно покрасить 2 раза. Когда краска высохнет, пол моют горячей водой или протирают тряпкой, чтобы предотвратить отлипание краски. Затем рекомендуется покрыть пол лаком ПФ-231, ПФ-283, ПФ-266 или др.

Нельзя мыть крашеный пол содой и мылом, так как от этого он темнеет.

Крашенный масляной краской пол приобретет приятный блеск, если его вымыть теплой водой, в которую добавлены 1—2 стакана уксуса или 2—3 сто-

ловые ложки нашатырного спирта (на ведро воды).

Для ухода за полом выпускаются специальные средства, содержащие химические вещества, которые удаляют грязь, и специальные полирующие средства, а также самоблестящие полирующие эмульсии, которые после высыхания образуют блестящую пленку и не требуют натирки (применять их достаточно один раз в 5—7 недель).

Крашеный деревянный пол можно натирать водными и водоэмульсионными мастиками, самоблестящими составами.

Если к свежеокрашенным полам прилипают подошвы, то полы следует промыть водой, в которой растворены алюминиево-калиевые квасцы (100 г на 1 л воды). Можно промыть также квасом. Если и после этого прилипают подошвы, то краску следует удалить и перекрасить полы.

Дощатые крашеные и некрашеные полы хорошо мыть специальной «Жидкостью для мытья полов».

Чтобы удалить жирное пятно с неокрашенного пола, его нужно промыть бензином, посыпать картофельной мукой и прогладить умеренно нагретым утюгом через промокательную бумагу. Можно приготовить кашицу из серой или белой глины и уксуса, покрыть ею пятно и оставить на ночь, а утром смыть теплой водой.

Если на крашеный пол пролился жир, надо тут же полить его холодной водой: жир застынет и легко снимется ножом.

Чернильные пятна хорошо удалять смесью равных частей хлорной извести, стиральной соды и теплой воды. Потерев пол этой смесью, оставляют его на несколько минут, затем смывают теплой водой. Можно также в перекись водорода добавить несколько капель нашатырного спирта, натереть пятно этой смесью и через 15—20 мин смыть ее теплой водой.

Паркетные полы. От длительной эксплуатации часть паркетного пола изнашивается, отдельные клепки выпадают, пол вспучивается, между клепками появляются щели. Во всех этих случаях паркетный пол можно отремонтировать своими силами: трещины между клепками заделать деревянными рейками и замазкой, для выравнивания паркета выступающие части достаточно состругать.

Если выпала или покоробилась клепка, ее несложно заменить новой. Клепку кладут на основание и, подложив вниз картон или бумагу, прибивают тонкими гвоздями, откусив их шляпки, или прикрепляют битумной мастикой. Мастику разогревают и выстилают слоем 1—5 мм на основание. При этом следят, чтобы она не выдавливалась из швов, но если это произойдет, то выдавленную мастику удаляют циклей или стамеской. Гвозди забивают под углом в шпунт. Новые планки должны быть сухими, иначе после усыхания в паркете опять появятся щели. Новая планка должна быть на 0,5—1 мм выше уровня существующего пола. После окончания ремонта пола новые планки обязательно остругивают, циклюют и натирают мастикой.

Перед остругиванием паркет хорошенько протирают мокрой тряпкой. Влажное дерево строгается легче, хотя и не так чисто. Вначале клепки простругивают вдоль рубанком, затем — шерхебелем.

Однако при острожке не всегда удается достичь идеальной чистоты поверхности, поэтому чаще всего паркетный пол зачищают или циклюют с помощью специальных скребков или цикли. Технология работ несложная. Дубовый паркет для облегчения работ протирают мокрой тряпкой, буковый протирать нельзя, так как он хорошо впитывает воду, и клепка может покоробиться. Затем циклей, крепко прижав ее двумя руками к клепке, ведут вдоль нее на себя и снимают стружку. Если на паркете остался ворс, производят циклевку по сухому полу или же протирают шлифшкуркой.

Чтобы облегчить циклевку пола, покрытого лаком или краской, можно прогладить его утюгом через влажную тряпку.

Иногда коробятся и отстают отдельные шашки в щитовом паркете. Их удаляют, счищают клей на щитах и приклеивают новые шашки, которые должны немного выступать над существующим полом. Их простругивают, а затем весь пол циклюют.

Трещины между паркетными клепками заделывают так же, как и в деревянном полу, тонкими рейками из древесины той же породы, что и паркет, на столярном клее или замазывают специальными составами (см. с. 428). Казеиновый клей применять не рекомендуется, так как он оставляет на полу трудно-

удаляемые пятна. Щели очищают и вдавливают в них замазку деревянным шпателем. После того как она затвердеет, зачищают швы стамеской или шкуркой.

Щели в паркетном полу можно заделать также пастой, приготовленной из древесных опилок, смешанных с масляным лаком (вязкость должна быть, как у оконной замазки). Опилки предварительно просеивают через сито, подкрашивают в нужный цвет красителем для пола и высушивают. Хорошая замазка для щелей получается из эпоксидной смолы с добавлением в нее опилок и сухого пигмента.

Отремонтированные участки пола надо зачистить сначала грубой, затем тонкой шкуркой. После ремонта и циклевки паркет намазывают мастикой и натирают.

Мастики подразделяются на восковые, водорастворимые и водоэмульсионные.

Восковые мастики состоят из растворителя (скипидар или уайт-спирит), воскоподобного вещества и кремнийорганических добавок. Наносят их на пол тряпкой или щеткой тонким слоем, дают высохнуть. Второй слой наносят после того, как первый слой высохнет, протирают тряпкой и натирают полотером или специальной щеткой.

К восковым мастикам относятся мастики «Зеркальная», «Силиконовая», «Киевская зеркальная», «Светлая», «Скипидарная», «Особая — 73», «Вици», «Зеркальная — 73», «Эдельвакс». Они легко располировываются, пол быстро приобретает устойчивый блеск. Мастика «Силиконовая», содержащая кремнийорганические соединения, образует водостойкую пленку. Однако присутствующие в этих препаратах растворители (уайт-спирит, скипидар) придают им неприятный запах.

Водорастворимые мастики «Паркет», «Паркет-2», «Янтарь» растворяют в горячей воде при тщательном перемешивании и равномерным слоем наносят на пол. Новые полы покрывают мастикой дважды. После просыхания мастики в течение 2—3 ч снимают сгустки, протирают тряпкой, дают подсохнуть в течение часа и натирают.

Нужно помнить, что паркет из бука и березы сильно впитывает влагу и может покоробиться от избытка ее. Такие полы покрывают более густой сме-

танообразной мастикой. Поэтому все же лучше пользоваться восковыми мастиками.

Водоэмульсионные мастики «Спулга» и «Эмульсионная-73» — универсальные, пригодны для натирки любых полов. Они очень хорошо очищают полы и образуют прочную и блестящую пленку. Мастика «Спулга» обладает бактерицидными свойствами, способностью стерилизовать поверхность пола и воздух помещения.

Из самоблестящих средств рекомендуются эмульсии типа «Самоблеск», «Туклар», «Виполис». Их наносят на чистый пол тонким слоем. Через 30 мин на полу появляется тонкая глянцевая пленка, выдерживающая влажную уборку.

Можно самим приготовить хорошую мастику. Вот рецепт: 100 г пчелиного воска размельчают и расплавляют на слабом огне. В стакане воды растворяют 25 г поташа (продается в магазинах фототоваров), отдельно в стакане кипящей воды — 25 г хозяйственного мыла. Раствор поташа смешивают с раствором мыла и в горячую жидкость заливают расплавленный воск. Отдельно чайную ложку красителя, применяемого для крашения хлопчатобумажных тканей, растворяют в полстакане горячей воды, вливают в мастику и размешивают. Остывшую массу наносят на пол и дают просохнуть. Затем пол протирают, отполировывают фетром или суконкой.

Вместо мастик паркетные полы можно покрывать лаком. Его наносят маховой кистью тонким слоем вдоль волокон. Сохнут полы, покрытые лаком, двое суток. Кисти после работы промывают 5-процентным раствором соляной кислоты.

Если натереть паркет отваром цикория, он станет светло-коричневым.

Чтобы паркетный пол был менее скользким, в политуру или в паркетный лак добавляют кремнийорганические жидкости «Этилсиликат-40» или «Этилсиликат-32».

Удалить жирные пятна с паркета можно, посыпав их порошком магнезии или протерев скипидаром. А можно приготовить кашицу из синтетического моющего порошка и теплой воды, втереть ее в пятно и оставить на 10—12 ч. Затем снять кашицу тряпкой, смоченной теплой водой. Застарелые пятна требуют повторной обработки.

Чернильные пятна выводятся «Персолью» или горячей уксусной эссенцией. Но надо учесть, что во всех случаях на полу остается белое пятно, которое придется закрасить мастикой или стереть раствором перекиси водорода с добавлением нескольких капель нашатырного спирта.

Если на паркете остались следы от гвоздей или появились выбоины, надо намочить в воде толстую оберточную бумагу, покрасить выбоину мастикой, положить на нее бумагу, а сверху — горячий утюг. После распарки дерева останется затереть неровности.

Ежедневно паркетные полы протирают суконкой или кусочком старого трикотажа. Мыть паркет водой нельзя, так как планки коробятся и отклеиваются от основания. Раз в месяц можно протереть пол и плинтусы влажной тряпочкой и сразу же сухой.

При генеральной уборке квартиры полы протирают тряпкой, смоченной в скипидаре, покрывают мастикой и натирают. Но если паркет настлан на битумной мастике, скипидар применять не рекомендуется.

Паркетные полы периодически очищают от старых загрязненных слоев мастик и полирующих составов. Для этой цели выпускаются специальные очистители: «Очиститель полов от восковых мастик», средство для мытья полов «Этле-1», «Очиститель полов от самоблестящих составов».

Для чистки пола, восстановления его блеска предназначены «Моюще-полирующее средство» (на восковой основе) и «Полюкс» (на полимерной основе).

Для уборки паркетного пола, покрытого лаком, нужно пользоваться мягкой щеткой. Раз в неделю надо очищать его пылесосом, а затем протирать сухой фланелью — это придает блеск лаковой поверхности.

Паркетные полы можно покрыть лаками (в 2—3 слоя, дав каждому подсохнуть не менее суток) МЧ-248, ГФ-257, ПФ-283, ПФ-231, ГФ-166 и др. Особенно хорош лак АУ-271.

Для подцветки полов выпускаются сухие анилиновые краски четырех оттенков.

Полы из линолеума. Рулонные линолеумные материалы бывают безосновные и с упрочняющей или

тепло- и звукоизолирующей основой; однослойные и многослойные. К линолеумам на тканевой основе относятся поливинилхлоридный и алкидный (глифталевый). Однослойными и многослойными безосновными линолеумами бывают поливинилхлоридные, коллоксилиновые, резиновые. На тепло- и звукоизолирующей основе изготавливаются поливинилхлоридный и резиновый линолеумы.

Выпускают линолеум обычно в виде рулонов шириной от 0,5 до 2,4 м, толщиной от 1,6 до 5 мм (для покрытия полов в квартирах чаще используется линолеум толщиной 2,5 мм). Длина куска линолеума должна быть не менее 3 м.

Чтобы правильно ухаживать за полами из линолеума, надо знать особенности этого материала. Линолеумы дают усадку, могут расширяться, коробиться, трескаться и вздуваться. Особенно чувствительны к изменению температуры поливинилхлоридный и коллоксилиновый линолеумы. При высокой температуре в помещении они могут дать большую усадку. Глифталевый линолеум после приклейки способен уменьшаться по длине и увеличиваться по ширине. Поэтому перед приклейкой ему надо дать время на дозревание в теплом помещении.

Рулоны линолеума следует выдержать несколько суток в теплом сухом помещении, не распаковывая. После этого их раскладывают и нарезают полотнища необходимых размеров. Если материал полностью не распрямляется (рулон от долгого хранения смялся и в сечении стал овальным), его разрезают на куски нужной длины и складывают стопкой: большие полотнища внизу, маленькие — сверху. На стопку кладут большой груз. Через 2 недели линолеум полностью распрямится. Настланный материал также следует прижать грузом не менее чем на 7 дней.

Хранят линолеум в рулонах в вертикальном положении.

Определенный вид линолеума к различным основаниям приклеивается соответствующими мастиками.

Для наклеивания линолеума применяют холодную битумную мастику «Биски», КН-2, КН-3, клей «Бустилат», пасты ПА, ПЛ-1, ПСБ, мастику ДФК-П и др. Для особо точной приклейки используют клей 88 и 88Н.

Мастику для линолеума на войлочной и тканевой основе можно приготовить самим. В 45 частях теплой воды замачивают 15 частей казеинового клея и все перемешивают. Через 25—30 мин при хорошем перемешивании добавляют 45 частей портландцемента. Использовать мастику нужно в течение 3—4 ч, иначе она засохнет. Предлагается и такой состав: 47 частей молотого мела соединяют с 17 частями портландцемента, добавляют 36 частей олифы (натуральной или «Оксоль») и все тщательно перемешивают. Такая мастика пригодна к употреблению в течение 2 суток. Если она начнет загустевать, в нее добавляют немного олифы. Ею можно склеивать все виды линолеума.

Мастику для приклеивания глифталевого и поливинилхлоридного линолеума готовят из 55 частей битума БНIV, 15 частей канифоли, 5 частей олифы, 25 частей бензина. Канифоль растворяют, в бензине отдельно разогревают битум и выливают его в раствор, затем добавляют олифу и все тщательно перемешивают.

Если линолеум внесен в помещение с мороза, не надо его сразу раскатывать, необходимо дать ему постоять несколько часов в тепле, иначе он может потрескаться.

Поверхность под линолеумом должна быть сухой и ровной. К новому деревянному полу рекомендуется прикреплять линолеум не раньше чем через год после настилки пола.

Если линолеум расстилают по деревянным или паркетным полам, их предварительно следует отремонтировать, уплотнить, убрать неровности, острогать. Перед настилкой линолеума нужно зашпаклевать цементно-песчаное основание и имеющиеся неровности. Можно положить на основание листы ДВП и прибить гвоздями, а по ним настелить линолеум.

Наклеивая линолеум, нужно помнить, что клей, даже самый лучший, требует осторожного обращения. Попав на кожу рук, он может вызвать сильное раздражение. Поэтому работать надо в перчатках и лучше специальным экранированным шпателем. Курить во время работы категорически запрещается, так как в состав клея входят легковоспламеняющиеся растворители. После того как линолеум будет наклеен, надо хорошо проветрить помещение.

Если линолеум вздулся, место вздутия прокалы-

вают шилом, выпускают воздух, кладут наверх бумагу и проглаживают горячим утюгом. Если не помогает, вздувшееся место подрезают ножом и впрыскивают растворитель, который входит в состав мастики, чтобы она размягчилась, и опять проглаживают горячим утюгом. Если же и это не помогает — значит, под вздутием нет мастики. В таком случае надо ее добавить под вздувшееся место.

Если линолеум отклеился на большом участке, лучше перестелить его. Линолеум снимают, очищают шпателем и оставляют в разостланном виде тыльной стороной вверх. Основание под линолеум очищают от мастики, огрунтовывают и вновь настилают линолеум.

Если от длительной эксплуатации отдельные места линолеума вытерлись, их вырезают, а вместо них укладывают новые куски несколько больших размеров и наклеивают, но так, чтобы остались неприклеенные кромки по 2 см. Кладут на это место груз. Через сутки прорезают кромки под линейку и наклеивают их на полоску ткани, подложенной под места стыков.

Если на линолеуме образовались мелкие вмятины и повреждения, их заделывают мастикой и зачищают шкуркой. Способ приготовления мастики: 1 часть измельченной канифоли растворяют в 4 частях загустевшего скипидара, добавляют краску под цвет линолеума и все тщательно перемешивают.

Полы, покрытые линолеумом, моют теплой водой с мылом, тщательно смывая пену чистой водой. При этом не следует пользоваться ни содой, ни нашатырным спиртом, которые могут разрушить линолеум, вызвать его ломкость. Горячая же вода способна стереть рисунок. Прекрасно очищает пол от загрязнений, придает линолеуму обновленный вид упоминавшаяся «Жидкость для мытья пола».

Раз в 2—3 месяца пол, покрытый линолеумом, целесообразно смазывать натуральной олифой или льняным маслом и протирать мягкой тряпкой. Раз в год можно промыть его керосином. Керосин применяют и для удаления с пола ржавых и некоторых других пятен. Свежие следы, полосы, оставленные подошвами или каблуками обуви, снимают бензином.

Можно натирать линолеум «Самоблеском» (любой мастикой для натирки полов) или смесью воска и па-

рафина (по 1 части) со скипидаром (5 частей), которую получают смешиванием компонентов при нагревании (не на открытом огне), либо мастиками «Гамма», «БМ-Белая» и др.

Свежеуложенный линолеум обычно хорошо впитывает грязь, поэтому его сразу следует натереть мастикой.

Полы из синтетических плиточных материалов. Синтетические плиточные материалы подразделяются на поливинилхлоридные, кумароновые, фенолитовые, резиновые, кумароно-поливинилхлоридные и др. Полы из них настилаются по жестким и сухим основаниям (после окончания всех работ в помещении) на мастиках, поставляемых в комплекте с плитками. Для настилки поливинилхлоридных плиток применяют кумароно-каучуковые мастики КН-2 и КН-3, «Биски», «Перминид», клей АДМ-К, ПХВ.

Кумароновые плитки клеятся кумароновыми или холодными битумными мастиками. Для приклейки фенолитовых плиток пригодна холодная битумная мастика. Резиновые плитки наклеиваются на кумароно-каучуковой мастике КН-2, КН-3, клее СП-1 и резино-битумной мастике.

Основания под мастику тщательно очищают и выравнивают шпаклевкой из полимерцементного или гипсоцементного раствора, а затем грунтуют составами битум-бензин (в случае применения резино-битумной мастики) и 10-процентным водным раствором поливинилацетатной эмульсии (в случае применения кумароно-каучуковой мастики). Грунтовка производится за сутки до настилки полов.

При настилке полов мастика наносится слоем до 0,5 мм и на тыльную сторону плитки и на основание. Для достижения одинакового по толщине слоя мастики на основании и на плитке применяется зубчатый шпатель. После нанесения мастика должна просохнуть в течение 10 мин. Определить, подсохла ли мастика, можно, слегка надавив на нее пальцем. Если она прилипает, надо еще подождать. Если при слабом надавливании мастика не прилипает, а при более сильном — липнет к пальцу — значит, плитку можно укладывать. Если же мастика не прилипает и при сильном надавливании — укладывать плитку нельзя, так как она уже пересохла.

Перед укладкой рекомендуется предварительно подогреть плитки до 50 °C (но не более) над газовой плитой или на радиаторе, затем намазать мастикой, дать подсохнуть и укладывать. Укладку ведут в такой последовательности: укладывают плитку на место, приглаживают и допрессовывают легкими ударами деревянной киянки; выдавливаемую из швов мастику сразу же вытирают тряпкой, слегка смоченной в бензине или скипидаре; затем уложенные плитки пригружают на всей площади специально сшитыми из плотной ткани мешочками с песком или обернутыми бумагой кирпичами.

Если плитка отстала, ее снимают, протирают и укладывают, как было сказано выше. Отставшую от пола плитку надо очистить от пыли и грязи, положить на место, накрыть чистым листом бумаги и прогладить горячим утюгом (сначала быстро, потом медленнее). Плитка прочно приварится к полу.

Если мастика пересохла, плитку подогревают до 50 °C и настилают.

При необходимости плитку можно разрезать: ее кладут на ровной поверхности, прижимают стальной линейкой и разрезают острым стальным ножом.

Чтобы сохранить пластиковый пол в хорошем состоянии длительное время, рекомендуется мыть его теплой водой с мылом, но не раньше чем через месяц после настилки. А чтобы пыль не въедалась в пол, 2—3 раза в год нужно покрывать его тонким слоем водной эмульсии полотерной мастики.

Мастики, в которых содержатся растворители — бензин, скипидар, керосин, применять нельзя. Если все же приходится воспользоваться небольшим количеством бензина или нашатырного спирта для удаления трудно снимаемых пятен, например от резиновых каблуков, то делать это надо очень осторожно, чтобы не растворить клеящее вещество.

Не следует применять для удаления пятен наждачную шкурку и различные металлические предметы: от этого на полу остаются царапины.

Полы из метлахской плитки. Метлахскую плитку укладывают на полах в помещениях с повышенной влажностью (в ванных, санузлах) на жестком цементном растворе (1:3).

Если плитки отслоились или повредились, их

осторожно снимают, удаляют слой раствора и очищают основание. Очистить керамическую плитку от цемента можно, промыв ее 3-процентным раствором соляной кислоты или протерев пол опилками, смоченными в этом растворе, после чего пол следует насухо протереть (работать в перчатках). Затем основание смачивают водой и на место укладки плитки наносят слой раствора. Плитку сначала окунают в воду, а после этого укладывают на место. Постукивая по ней деревянным предметом добиваются совмещения ее плоскости с плоскостью пола. После укладки плиток пол подметают вместе с опилками.

Для лучшего сцепления рекомендуется перед укладкой на раствор тыльную сторону каждой плитки смачивать цементным молоком.

Приготовленный на мелком песке цементный раствор (1:1) втирается в швы между плитками после их установки.

Если в керамическом полу отскочила плитка, можно поступить и таким образом: гнездо, где она лежала, и тыльную сторону очистить от грязи и следов жира, не трогая затвердевший цемент. Затем поверхности гнезда и плитки смазать клеем БФ-2 или БФ-6, дать высохнуть и, вновь намазав, уложить плитку в гнездо и прижать грузом. Через сутки груз снять.

Ходить по отремонтированному полу можно не раньше чем через 2—3 дня, и то осторожно, пока раствор не затвердеет.

Для чистки и покрытия блестящей пленкой полов из различных материалов можно использовать универсальные средства «Райнинген», «Эксплендер», «3×W», «Витолл-эдельвакс» и др.

Настилка полов ворсонитом производится после окончания всех отделочных работ. Пол должен быть сухим, ровным, очищенным от мусора и пыли. Ворсонит раскатывают по подготовленному основанию и дают ему вылежаться не менее 48 ч. Затем плотно приклеивают с помощью клеев «Бустилат», «Перминид» или мастик «Гумилакс», «Синтелакс». Ходить по полу можно лишь через 2 суток после приклеивания. Ворсонит чистят пылесосом, механической щеткой, препаратами «Золушка» или «Пута».

Облицовка стен плиткой

Для облицовки стен кухни, ванной применяют керамические глазурованные плитки. Могут быть использованы также плитки из пластмасс.

Керамические плитки крепятся цементным и казеиново-цементным растворами. Для приготовления цементного раствора на 1 часть цемента (желательно белого) берут 4 части песка. Чтобы получить казеиново-цементный раствор, соединяют 1 часть сухого казеинового клея, 3 части портландцемента, 1 часть мелкозернистого песка и 2,5 части воды. Клей затворяют на воде и перемешивают до разбухания его зерен. Соединяют цемент с песком и добавляют в раствор клея. Еще раз перемешивают через сито с ячейками 1×1 мм.

Для облицовки стен плиткой можно применять также клеящие мастики, клей «Бустилат».

Облицовку стен плиткой производят обычно после устройства пола. Поверхности очищают от пыли. При наличии жировых пятен их удаляют, промывают 2—3-процентным раствором соляной кислоты или 5-процентным раствором кальцинированной соды с последующей промывкой водой. Небольшие неровности на поверхности стен выравнивают цементным раствором. Деревянные поверхности облицовывают по натянутой металлической сетке, бетонные — насекают. Плитки сортируют по размеру и цвету. Перед тем как приступить к облицовке, их смачивают водой. Еще лучше подержать 1—2 ч в воде.

Облицовку стен можно выполнять несколькими способами: шов в шов, в растяжку, по диагонали.

При облицовке стен способом шов в шов чуть выше верхней кромки будущей облицовки в обоих концах стены забивают штыри или большие гвозди. К ним привязывают и опускают вниз шнуры. Их выверяют на вертикальность и привязывают к штырям, забиваемым в другом конце стены — у пола. В нижней части стены наносят отметку первого ряда плиток и на этом уровне горизонтально натягивают шнур, прикрепляя его к забиваемым в стену штырям. Устанавливают первый ряд плиток. Горизонтальный шнур со штырями, на котором ряд крепился, снимают и устанавливают маячные плитки по углам стены в начале и в конце верхнего и второго ряда плиток.

Приступая к установке второго ряда плиток, натягивают горизонтальный шнур и идут от одного угла к другому, строго следя за вертикальностью ряда.

Если плитки нужно установить симметрично, то укладку ведут с середины стены в обе стороны. Раствор набирают и накладывают на один из углов плитки. Плитку прикладывают к поверхности стены углом с раствором, а затем всей плоскостью прижимают к ней, легко постукивая ручкой кельмы. Раствор должен полностью заполнить все пространство между поверхностью стены и плиткой. Выступивший раствор счищают. Толщина слоя раствора — 1...3 см. Чтобы швы между плитками были одинаковой толщины и плитки не сползали при облицовке, рекомендуется во время работы использовать проволочные скобы или небольшие гвозди — их закладывают между вертикальными и горизонтальными гранями плиток (1 скобу или 2 гвоздя в каждый шов плитки). Скобы вынимают после схватывания раствора (через 2 ч). Через 2—3 суток после окончания работы швы заполняют раствором гипса с помощью резинового шпателя. Когда гипс начнет схватываться, облицовку протирают сухой тряпочкой.

Выпавшую глазурованную плитку устанавливают на старое место следующим образом: очищают плитку и стену, где она крепилась, затем это место промывают водой. Замешивают алебастр с водой до густоты сметаны, наносят на стену и ставят плитку на место, прижимая ее к стене, чтобы она оказалась в одной плоскости с другими плитками. Несколько минут держат в таком положении, чтобы алебастр схватился. Выдавившийся алебастр вытирают мокрой тряпкой. Вместо алебастра можно пользоваться цинковыми белилами на натуральной олифе.

Резать керамические плитки можно стальным резцом с победитовым наконечником, острой гранью напильника, стеклорезами. Сильно нажимая на режущий предмет, процарапывают им линию, иногда дважды — вдоль линейки по заранее намеченной карандашом риске — чтобы прорезать не только глазурь плитки, но и ее черепок. Надрезанную плитку берут двумя руками за края, ударяют нижней стороной о ребро доски так, чтобы линия надреза попала на ребро, и плитка раскалывается точно по проведенной риске. Если требуется отрезать полоску шири-

ной 20—30 мм, то на плитку также наносят риску, делают надрез и отламывают полоску щипцами.

Отверстие в плитке можно просверлить быстрооборотной электродрелью. Сверлить надо с тыльной стороны. Дойдя до глазури, ее надо пробить; для этой цели годится обломок напильника.

Чтобы не снимать краны в момент облицовки стены возле труб, на плитке отмечают отверстие, раскалывают ее на половинки по надрезанной линии и выбирают в них отверстие нужного размера, выламывая его клещами.

Если глазурованная плитка плохо очищается, используют 10-процентный раствор соляной кислоты. Затем плитку промывают чистой водой.

Глазурованные плитки можно мыть препаратами «Светлый», «Санита», «Восточный», «Пемоксоль», «Слава». Очень хорошо очищают и моют кафельные плитки паста «Скайдра», жидкость «Дезипон».

Оборудование ванной комнаты

Ванная комната — необходимая часть современной квартиры. Сегодня не только в городе, но и на селе строят дома с ванными. Став привычной повседневной принадлежностью нашего быта, ванные, к сожалению, зачастую содержатся не в лучшем виде. Над тем, все ли в ванной устроено рационально, удобно ли купать ребенка, умываться, стирать белье — над всем этим задумываются нечасто, а еще реже прилагают усилия к тому, чтобы исправить кое-какие неудобства.

Начнем с умывальника. Для хранения туалетных принадлежностей над ним обычно вешают полочку и зеркало. Но можно также укрепить на стене неглубокий (8—9 см, иначе он будет мешать умываться) шкафчик с зеркальной дверцей. В нем можно хранить косметику. Под умывальником на металлическом пруте диаметром 3—4 мм неплохо подвесить шторки из непрозрачного полиэтилена или тонкой клеенки. За шторками можно разместить полочки для хранения мочалок, мыла, порошков и т. д. В самом низу еще останется место для низкой скамеечки — маленьким детям она нужна для того, чтобы они могли пользоваться умывальником.

Вешалку или крючки для полотенец лучше разместить поближе к умывальнику, а для одежды — около двери или прямо на ней.

Одна из длинных сторон ванны обычно примыкает к стене. Другую сторону хорошо бы закрыть специальным щитком или облицевать керамической плиткой. Это придает аккуратный вид ванной комнате и значительно облегчает уборку помещения. На уровне внешнего края ванны подвешивают на металлическом стержне, упирающемся в стены, полиэтиленовую штору, чтобы вода при купании не попадала на пол. Штора должна спускаться ниже края ванны на 20 см.

Если не удается стирать белье сразу, лучше складывать его в специальный ящик с поднимающейся крышкой. Высота ящика не должна превышать 40 см, что позволит пользоваться им вместо табуретки. В боковых стенках ящика надо сделать отверстия для вентиляции.

Для сушки белья на высоте 2 м натягивают капроновую леску — она практически не видна (когда на ней ничего не висит) и потому не испортит общего вида ванной комнаты.

Уход за сантехоборудованием

Чтобы раковины, ванны, унитазы служили долго и имели опрятный вид, надо постоянно содержать их в исправном состоянии и чистоте.

Для предохранения сливного отверстия раковины от засорения необходимо прикрыть его пластмассовой вкладкой-решеткой с мелкими дырочками. Когда решетка засорится, ее вынимают и очищают.

Чтобы обезжирить сток в кухонной раковине, слейте туда кипящую воду со стиральным порошком (500 г на ведро воды) или кальцинированной содой. Если этого окажется недостаточно, операцию повторите.

Один раз в неделю следует прочищать раковины вантузом — резиновым поршнем на ручке. Делают это следующим образом: вантузом плотно закрывают сливное отверстие и наливают в раковину воду, затем быстро поднимают вантуз над водой и тут же резко опускают его над сливным отверстием и плотно при-

жимают. Захватывая воздух и воду, вантуз с силой выталкивает их в сифон, а они уносят осевшие частицы в канализацию.

С помощью вантуза можно прочищать и слив в ванне, предварительно закрыв переливное отверстие на стенке ванны рукой или тряпкой.

Немало воды тратится бессмысленно при неисправности кранов. Подсчитано, что только из-за испорченных кранов, смывных бачков теряется до 20 % подаваемой в наши дома чистой водопроводной воды. Поэтому старайтесь устранять утечки ее как можно скорее.

Не следует слишком сильно закрывать краны, поскольку это вызывает повреждение прокладок, а следовательно, и течь воды.

Необходимо постоянно следить за исправностью бачка унитаза Уровень наполнения бачка регулируется автоматически с помощью поплавка, который состоит из клапана и укрепленного на стержне поплавка. Поплавок в верхнем положении — клапан закрыт. Поплавок опускается — клапан открывает путь воде.

Если вода не наполняет бачок — скорее всего износилась резиновая груша, прикрывающая сливное отверстие. Смените грушу. Если в данный момент у вас не оказалось новой груши, можно временно обойтись резиновой грушевидной спринцовкой соответствующего размера, срезав ее дно.

Поплавок пропускает воду, и она поступает с перебоями. Требуется смена поплавка.

Иногда из сливного бачка постоянно вытекает вода. Это происходит оттого, что поплавок поднят слишком высоко, и вода течет через предохранительный клапан. Надо слегка отогнуть поплавок вниз. Вода может вытекать и в результате неисправности клапана: поднимите поплавок до верхнего положения, и если вода продолжает литься, значит, износилась прокладка золотника, ее надо заменить.

Умывальники, кухонные раковины, ванны и т. п. следует постоянно содержать в чистоте.

Среди большого ассортимента средств для чистки и мойки ванн, унитазов, раковин наиболее эффективны средства, одновременно чистящие и дезинфицирующие,— порошки «Гигиена», «Санитарный», пасты «Санита», «Суржа» и др.

Следует знать, что кухонные раковины и ванны нельзя чистить жидкими средствами, предназначенными для чистки унитазов, так как в их составе имеется соляная кислота, разрушающая слой эмали на раковине и ванне.

Нельзя постоянно чистить ванну препаратами типа «Суржа», предназначенными для чистки с одновременным снятием ржавчины,— в их составе имеются кислоты, способствующие разрушению слоя эмали. Раковины для умывания и унитазы, изготовленные из керамики, такими составами можно мыть — для них соляная и щавелевая кислоты безвредны.

Ванну можно хорошо вымыть с помощью капроновой щетки теплой водой с хозяйственным мылом или стиральным порошком. Если ванна очень грязная, добавьте в воду со стиральным порошком немного нашатырного спирта.

В качестве дезинфицирующих средств рекомендуются слабые растворы борной кислоты (3 %) или марганцовки (розового цвета). В старину для мытья использовали горчицу в порошке, которая не только быстро отмывает ванну, но еще обладает и антисептическими свойствами. Дезинфицируют только предварительно вымытую ванну. После дезинфекции ее необходимо тщательно промыть водой, чтобы полностью удалить следы дезинфицирующих средств.

Чтобы ванна всегда была чистой, каждый член семьи должен после купания тщательно мыть ее.

Унитаз тоже моют стиральным порошком или специальными моющими средствами, например «Блеском», «Пемоксолью», «Гигиеной», «Дезинолисом», «Санитарным».

Раковины и ванны можно очищать с помощью порошков «Крот» и «Крот-2», в состав которых входит едкий натр. 1—2 столовые ложки порошка насыпают в сливное отверстие раковины, ванны или унитаза, наливают туда стакан теплой воды и оставляют на 1—2 ч. После этого открывают краны и промывают большим количеством воды. Будьте осторожны — препарат опасен для глаз, кожи.

Ванна дольше послужит, будет белоснежной, если не наливать в нее сразу очень холодную или горячую воду, а только теплую, чтобы стенки ванны успели слегка согреться. Не рекомендуется мыть ванну или

раковину сразу после горячей воды холодной. От резкой смены температуры воды на эмалированной поверхности могут образоваться трещины и желтый налет. Нельзя удалять загрязнение острыми предметами или шлифовальной шкуркой, поверхность эмали от этого быстро повреждается.

Нельзя замачивать в ванне белье и производить стирку, особенно с применением отбеливателей типа «Пермский» и «Персоль».

Нельзя ставить на дно ванны баки и тазы — они оставляют на эмали трудно удаляемые черные полосы и пятна и, кроме того, царапают эмаль. При необходимости под эти емкости подстилают тряпку или кладут деревянную решетку.

Отбитую эмаль чугунной ванны можно восстановить сухими белилами и клеем БФ-2. На очищенную наждачной бумагой, бензином и хорошо просушенную поверхность ванны наносят тонкий слой клея, добавляют небольшое количество сухих белил, перемешивают с клеем и разравнивают. Покрывать следует несколькими слоями с интервалами в 1—1,5 ч, пока толщина слоев не сравняется с толщиной неповрежденной эмали. Свежее покрытие окончательно отвердеет через 3—4 дня.

Уборка квартиры

Раз в неделю уборку квартиры рекомендуется производить в такой последовательности: вычистить мягкую мебель, дорожки или ковры; протереть влажной тряпкой батареи центрального отопления, подоконники и двери; вычистить дверные ручки; тщательно стереть влажной тряпкой пыль с деревянной неполированной мебели и сухой — с полированной; вымыть комнатные растения и, наконец, протереть или вымыть пол.

Генеральную уборку достаточно проводить 2 раза в год — обычно весной, когда уже потеплело, и осенью, перед заморозками. Накануне генеральной уборки вынимают из шкафов и комодов вещи, протирают влажной тряпкой внутренние стенки, полки и ящики, дают им высохнуть. Вещи проветривают, просушивают на солнце, после чего раскладывают на свои места. Посуду, вазы, разные мелкие предметы,

которые не портятся от воды, моют теплой водой и вытирают. Книги протирают тряпкой или чистят пылесосом. Постельные принадлежности проветривают, выколачивают, чистят матрацы и мягкую мебель. Обивку мягкой мебели протирают тряпкой, смоченной в мыльной пене, а затем насухо вытирают чистой тряпкой. Мягкую мебель, если нет пылесоса и невозможно вынести ее во двор, можно выбить и в комнате. Вещь покрывают большой чистой тряпкой, смоченной в подкисленной воде (1 столовая ложка уксуса на 1 л воды) и хорошо отжатой, а затем начинают выбивать пыль мягкими ударами выбивалки. Когда тряпка загрязнится, прополаскивают ее в чистой воде и снова смачивают в растворе. Так повторяют несколько раз. Затем мебель чистят сухой щеткой. Мебель с кожаной обивкой вытирают только сухой тряпкой, так как от влаги кожа портится. Резьбу деревянной мебели, рамы картин также протирают сухой тряпкой. Пятно, оставленное на полированной поверхности стола стаканом горячего чая, попробуйте стереть мягкой ученической резинкой, после чего тщательно протрите всю поверхность стола жидкостью «Полироль».

Потолок и стены нужно вытереть щеткой или веником, обернутым сухой чистой тряпкой, а стены, покрашенные масляной краской, лучше помыть теплой мыльной водой без соды. Сода вредно действует на масляную краску.

Окна, подоконники, батареи моют теплой водой с мылом или стиральным порошком, предварительно очистив их от пыли сухой тряпкой.

Стекла моют раньше оконных рам. Сначала теплой мыльной водой с них смывают плотно приставшие наслоения пыли и другие загрязнения. После этого стекла дочиста отмывают небольшим количеством теплой мыльной воды, добавив в нее нашатырный спирт (1 чайную ложку на 1 л воды). Вымытые окна протирают сначала чистой влажной тряпкой, затем сухой и чистой газетной бумагой.

Чтобы на оконных рамах не образовались потеки, во время мытья стекол не употребляйте много моющей жидкости. Стекла приобретут красивый блеск, если в воду для мытья добавить немного крахмала или после мытья смазать их кашицей из зубного порошка и воды. После того как эта кашица высохнет

на стекле, ее тщательно стирают сухой газетной бумагой.

Чистить и мыть оконные стекла рекомендуется в нежаркую безветренную погоду, так как в яркий солнечный день и на ветру стекла слишком быстро сохнут и на них после чистки появляются радужные разводы.

Двери моют снизу вверх мыльной водой с добавлением нашатырного спирта (столовая ложка на 1 л воды). Споласкивают сверху вниз. Следы пальцев около дверной ручки можно устранить, протерев это место свежеразрезанной картофелиной. Матовые стекла лучше мыть горячей водой с уксусом (воды берется в 2 раза больше, чем уксуса). И сразу же сполосните водой, насухо вытрите. Дверные петли, после того как очистите их от пыли, смажьте смесью карандашного графита и растительного масла.

Завершают генеральную уборку мытьем и натиркой полов. Перед мытьем пол тщательно подметают. Некрашенные деревянные полы, если они очень загрязнены, моют горячей водой с содой и мылом. Для приготовления моющего раствора на ведро горячей воды берут четверть куска хозяйственного мыла. Растворив в воде соду, добавляют мелконастроганное мыло. Чтобы оно растворилось быстрее, ведро ставят на огонь и слегка кипятят раствор. Моют пол жесткой щеткой или прутяным веником, загрязненную воду собирают чисто прополосканной тряпкой, после чего споласкивают пол теплой водой, вытирают и вторично протирают насухо отжатой чистой тряпкой.

Не лейте много воды на деревянный пол, особенно некрашеный. Доски или деревянные подпорки могут прогнить от избытка влаги.

Чтобы придать некрашеному деревянному полу приятный золотистый оттенок, после мытья можно протереть его отваром луковой шелухи или ромашки.

Крашеные полы нельзя мыть раствором с содой, их моют теплой водой с мылом. Много воды употреблять не следует. После мытья пол вытирают почти досуха.

Паркетный пол моют специальными жидкостями. Можно мыть его и жесткой щеткой, смоченной в теплой воде со стиральным порошком «Астра», «Планета» или «Лотос» (столовая ложка на 1 л воды). Паркет нужно мыть быстро, чтобы дерево не размокло.

При мытье паркета нельзя употреблять много воды — он покоробится. Вымытый паркет тщательно протирают.

Если вымытый паркетный пол должен быть окрашен мастикой, то это следует делать, пока он еще не высох, так как на влажную древесину мастика ложится ровнее, кроме того, паркет не надо увлажнять лишний раз. После того как мастика высохнет, пол натирают полотерной щеткой или электрополотером. Затем полируют его мягкой суконкой, войлоком или фетром.

Паркетный пол, покрытый лаком, следует протирать влажной тряпкой, смоченной в воде с добавлением глицерина.

Чтобы паркет не скрипел, рекомендуется положить в расщелины немного натертого графита из карандаша.

Полы из линолеума можно мыть теплой водой (не выше 40 °С). Только не добавляйте в воду нашатырный спирт, соду, щелочные моющие средства, так как от них остаются белесые пятна. При необходимости лучше использовать хозяйственное мыло или нейтральный стиральный порошок. После этого пол следует тщательно промыть чистой водой. Вымытый или очищенный пол просушите, нанесите мастику и натрите. Кстати, линолеум лучше натирать вручную. Но если вы пользуетесь полотером, не нажимайте сильно на поверхность линолеума.

Особого ухода требует и пол из пластика. Он легко электризуется и притягивает пыль. Чтобы снять электрические заряды, следует чаще мыть пол слабым раствором обычных моющих средств, а затем смывать их чистой водой.

Все средства для ухода за полом надо применять строго по назначению, в соответствии с приложенной к ним инструкцией, соблюдая меры предосторожности.

Хозяину на заметку

Чтобы доска не потрескалась, когда в ее край забивается гвоздь, надо предварительно уплотнить в месте забивки древесину несколькими ударами молотка по пробойнику.

В древесностружечную плиту ввернуть шуруп довольно трудно. Удобнее всего просверлить в ней отверстие, заполнить его клеем, воткнуть в него кусок мягкой пластиковой трубки, ввинтить в нее шуруп.

Чтобы не было задиров при остругивании доски, рекомендуется размягчить молотком поверхностный слой сучков.

Гвоздь легко забить даже в самое твердое дерево, если острие его смазать мылом или окунуть в растительное масло.

Чтобы края фанеры не скалывались при распиливании, надо место пропила смочить горячей водой.

Чтобы вбить маленький гвоздик, нужно наживить на него кусочек пластилина, вставить гвоздь между зубьями расчески или наколоть место, куда вбивается гвоздь, шилом (кстати, последний совет хорош и в том случае, если надо вбить гвоздь в твердую древесину).

Если древесина твердая, можно предварительно просверлить отверстие на половину толщины доски, а потом прибивать гвоздь.

Тонкие гвоздики можно при их забивке придерживать обычной бельевой прищепкой.

Очень удобен для работы с мелкими гвоздиками и шурупчиками пинцет с намагниченными кончиками.

Какой рубанок для чего? Шерхебелем обрабатывается древесина первоначально, грубо — вдоль волокон, под углом, поперек. Поверхность требует доводки простым рубанком. Двойным рубанком можно чисто обрабатывать даже свилеватую поверхность. Фуганок (длинный рубанок) употребляется для строгания больших поверхностей. Остальные рубанки предназначены для выстругивания сложных профилей. Работая рубанками, лезвие больше 33 мм не выпускают.

Жесткие щетки становятся мягче, если их опустить на минуту в кипящий уксус.

Если ящик стола все время застревает, надо вынуть его, сухим мылом или свечкой протереть края и пазы, в которые он входит.

Ключ, который трудно проворачивается в замке, следует смазать воском или мылом.

Чтобы в висячий замок не затекала вода и он не замерзал, нужно надеть на его дужки резиновые колечки.

Если замок заржавел, нужно капнуть в него несколько капель бензина.

Заржавевшие ключи и замки очищают от ржавчины, выдержав их в керосине несколько часов или целую ночь. После этого их следует протереть песком или древесной золой.

Для удаления ржавчины с металлических предметов нужно протереть пятно разрезанной головкой лука. Через несколько часов протереть намазанное место тряпкой, смоченной парафиновым маслом.

Для удаления ржавчины с никелированных предметов следует намазать пятна жиром и выдержать их в таком виде несколько дней. Затем стереть жир тряпочкой, смоченной нашатырным спиртом.

Если завернутая гайка заржавела, отвернуть ее можно, постукивая по граням молотком или ключом. Можно также капнуть сверху керосином или скипидаром, затем зажечь жидкость. Но если и это не помогает, надо приложить к гайке вплотную кусок раскаленного железа, чтобы она прогрелась. После этого гайка без всякого сомнения отвернется.

Для предохранения от ржавчины винты обычно смазывают маслом. Но если этого недостаточно, винты и нарезы можно смазать смесью машинного масла с мелко растертым порошком графита.

Листовое железо будет легко резаться, если зажать одну ручку ножниц в тисках.

Чтобы заточить ножницы, надо постричь ими 5—6 раз мелкую наждачную бумагу.

Лестница будет лучше стоять, если под ее ножки подставить резиновые галоши.

Чтобы получить колечки из резиновой трубки, надо ее предварительно надеть на палку соответствующей толщины.

Чтобы продлить жизнь напильника при опиливании мягкого и вязкого металла, надо натереть напильник мелом, а при опиливании алюминия — стеарином.

Тонировать гипс под древесину можно пековым лаком, который продается в аптеке.

Даже самую тяжелую дверь намного легче будет навесить, если укоротить штырь верхней или нижней петли.

Просверлив в бетонной или кирпичной стене отверстие, в него забивают деревянную пробку, в которую затем вворачивают шуруп. Но есть и другой способ. В отверстие заталкивают кусок старого капронового чулка, расплавляют его раскаленным гвоздем и, пока капрон не остыл, в него вворачивают шуруп.

Для сверления отверстия в бетоне взамен победитового сверла можно использовать пробойник из набора «Мечта новосела». Пробойник вставляется в дрель вместо сверла.

Сверло дольше прослужит, если при сверлении отверстий в кирпиче или бетоне его периодически смачивать водой.

Для закрепления в тисках небольшой круглой детали рекомендуется воспользоваться обычной деревянной бельевой прищепкой. Крепление будет надежным, и на детали не останется вмятин.

Дюбель можно изготовить из куска пластмассовой трубки или корпуса исписанной шариковой ручки, рассчитанной на одноразовое использование. Отпилив кусочек корпуса нужной длины, следует сделать продольный надрез, примерно до половины, и дюбель готов.

Если раздвижное стекло в серванте или в книжном шкафу заедает, смажьте нижнюю грань его вазелином.

Мебель, которую приходится часто раздвигать (диван-кровать, кресло-кровать и т. д.), портит полы, оставляя на них полосы и царапины. Чтобы избежать этого, на ножки рекомендуется наклеить полоски фетра, плотного сукна, замши. К деревянным деталям сукно или фетр приклеивают обычным столярным или казеиновым клеем, к деталям из других материалов — клеем БФ-2.

Чтобы, передвигая мебель, не царапать натертый паркет, ножки мебели следует также натереть воском.

Чтобы стекла очков не запотевали в холодную погоду, их протирают мыльной тряпочкой с глицерином и отполировывают фланелью. Рекомендуется также нанести на стекла с двух сторон тонкий слой глицеринового мыла и протереть насухо мягкой тряпочкой.

Просмаливая лыжи, не обязательно пользоваться паяльной лампой. Можно смазать лыжи смолой и прогладить горячим утюгом через металлический лист или фольгу.

Размачивая на подошве лыжного ботинка гнезда для шипов крепления, рекомендуется смочить подошву ботинка у носка водой, после чего наложить крепление и ударить по нему молотком. На подошве останутся вмятины от шипов там, где будут находиться гнезда.

Прежде чем поставить лыжи на хранение, нужно тщательно снять с них остатки старой мази. Делается

это ваткой или тряпочкой, смоченной керосином или бензином. После этого лыжи сушат, прогревают на солнце, смазывают мазью и ставят на распорки. Кожаные петли и крепления покрывают бесцветным сапожным кремом, металлические — вазелином.

Как бороться с насекомыми и грызунами

Вредные домашние насекомые не только портят и загрязняют вещи, предметы, продукты, но и являются переносчиками инфекций.

В чистой, ухоженной квартире они не могут завестись. Поэтому регулярно подметайте и мойте полы, вытирайте пыль, ежедневно, особенно в теплое время года, очищайте мусорные ведра, мойте их теплой водой со стиральным порошком, дезинфицируйте. Ненужные остатки пищи своевременно выбрасывайте в бак для пищевых отходов или в мусоропровод. Продукты храните в закрытой посуде.

Мухи. Чтобы они не залетали в квартиру, рекомендуется в воду, которой моют окна, двери, полы, добавлять немного керосина. Мухи не переносят также запаха воска, скипидара, которыми натирают полы.

На окна, форточки, двери можно натянуть металлические или капроновые сетки, повесить марлевые занавески или бумагу, нарезанную полосками.

Эффективны в борьбе с мухами химические препараты «Гексахлоран», «Хлорофос», «Дихлофос», «Неофос-1», «Булта» и др. Закройте в комнате окна, двери и распыляйте препарат в течение 5—7 с. После этого выйдите из помещения. Через 15 мин проветрите его. Перед началом этой операции необходимо убрать из комнаты домашних животных, птиц, аквариум с рыбками, цветы, все продукты. Рот и нос следует закрыть двойным слоем марли. После распыления тщательно вымойте руки и лицо.

Для уничтожения мух предназначены также и липкие массы «Винилон», «Муксид», «Муксид-М», «Мухолов». Листы плотной бумаги равномерно покрывают липкой массой и раскладывают или развешивают в местах скопления мух. Липкую массу можно приготовить и самим: расплавить в металлической

банке, поставленной в горячую воду, 30 г канифоли и 20 г касторового масла и добавить немного варенья.

Большую опасность представляют мухи в сельской местности, где уборные расположены во дворах. Чтобы уборные не стали источником инфекционных заболеваний, возбудителей которых мухи переносят на своих лапках, 2—3 раза в месяц всыпайте в выгреб хлорную известь или заливайте 1-процентный раствор «Карбофоса» (100 г на 3 л воды). Личинки мух уничтожает также жидкость «Тролен» (1 флакон препарата разводят в 10 л воды и заливают отбросы).

Комары. Они не переносят запаха гвоздики. Самое простое и эффективное средство против комаров — одеколон «Гвоздика».

Чтобы не допустить комаров в помещение, затяните двери, форточки, окна, а также вентиляционные отверстия сетками, марлей.

Из химических препаратов рекомендуются аэрозоли «Неофос-1», «Дихлофос».

Комары не залетят в дом, если на горячую сковороду налить немного камфары.

Чтобы устранить зуд, вызванный укусом комара, приложите к пораженному месту ватный томпон, смоченный одеколоном, раствором пищевой соды ($^1/_2$ чайной ложки на стакан воды). Хорошо снимают зуд листья мяты или черемухи.

На даче, в лесу, защищаясь от комаров, можно смазать открытые участки тела препаратами «Тайга», «Рефтамид», «Ребефтал», «Ангара», «ДЭТА».

Муравьи. Дрожжи — яд для муравьев. Разведите их в небольшом количестве воды, добавьте варенье или сахар. Приманку поставьте в местах, где хранятся продукты.

Муравьи не переносят запаха соленой рыбы. Положите в шкаф небольшой кусочек такой рыбы, и муравьи исчезнут.

Так же реагируют муравьи и на запах подсолнечного масла. Смажьте им края банок с вареньем, медом, сахарницы, конфетницы.

Отпугивают муравьев запахи лимона, капустных листьев.

Для уничтожения муравьев можно приготовить такую смесь: 40 % сахара, 10 % меда, 5 % буры,

45 % воды. Ее разливают в баночки и ставят в места, где водятся муравьи. Следите, чтобы приманка была недоступна детям и животным.

Тараканы. Они водятся в сырых, темных помещениях обычно в местах, где хранятся мясные и молочные продукты, овощи, разные пищевые отходы.

В борьбе с тараканами эффективен препарат «Хлорофос». Раствором из $^2/_3$ «Хлорофоса» и $^1/_3$ воды протрите места, где водятся тараканы,— трещины стен и шкафов, под подоконниками, под плинтусами, а также задние стенки и дно кухонной мебели, вентиляционные отверстия, водопроводные и газопроводные трубы, по которым тараканы переползают из одной квартиры в другую. Дезинфекцию проводите вечером, а утром все эти места тщательно промойте теплой водой с мылом.

Для борьбы с тараканами применяются также «Карбофос-Д», «ДДМ», «Фосфолан», «Прима-71», «Боракс». Порошок «Коба» используется против тараканов и муравьев.

Можно смешать 2 части буры с 1 частью аспирина (либо буру с сахаром или мукой), вдувать в щели и посыпать места обитания тараканов.

Для уничтожения тараканов готовят и такие приманки. В желток сырого яйца добавляют понемногу борную кислоту или буру, замешивают массу до густоты сметаны и небольшими порциями раскладывают на листочки бумаги, которые размещают в местах скопления насекомых: на раковине и под ней, в буфете и под ним, под холодильником, в ванной комнате и т. д. При этом надо следить, чтобы тараканы не имели доступа к воде — раковина и ванна должны быть сухими.

И еще одна приманка. Сваренную в мундире картофелину и крутое яйцо очищают, еще теплыми разминают и тщательно перемешивают с 1 столовой ложкой борной кислоты. Из этой массы делают шарики величиной с вишню и раскладывают их на кухне, в ванной, в туалете. Каждые 3—4 дня приманку необходимо заменять на свежую.

Тараканов отпугивают запахи черной бузины, лаврового листа, огуречной кожуры.

Клопы и блохи. Для их уничтожения используйте

препараты «Карбофос», «Прима-71», «Неопин», «Хлорак», «Инсектолан», «Тролен», «Аэротокс».

Издавна, чтобы избавиться от клопов и блох, опыляли места их обитания растертыми в порошок листьями пижмы и аира, разбрасывали по полу листья полыни. Блохи гибнут от пиретрума. Не переносят они и обычную ромашку: ее надо высушить, истолочь и посыпать пол. Можно уничтожить не только клопов, но и их яйца горячим солевым раствором (1 стакан соли на 1 л воды), если залить им все щели, откуда ползут эти насекомые. Сделать это нужно несколько раз. Соль не соскабливать.

Жук-точильщик (шашель). Он поражает деревянную мебель, паркет, постройки.

Определить, что в доме завелся жук-точильщик можно по маленьким отверстиям в деревянных конструкциях и мебели, иногда — по харатерному звуку, напоминающему тиканье часов, особенно слышен этот звук ночью. На поверхности дерева или на полу появляется желтоватая пыль: жуки точат древесину. Снаружи она будто не тронута, цела, а внутри — труха.

Для того чтобы жук-точильщик не завелся, 1—2 раза в год протирайте неполированные и неокрашенные части мебели тряпкой, смоченной охлажденным раствором фтористого натрия (200—250 г на ведро горячей воды) или препаратом «Антисектик».

Уничтожить жука-точильщика и его личинки можно смесью скипидара и керосина (3:1) или насыщенным раствором нафталина в бензине.

Деревянные шкафы для хранения пищевых продуктов, в которых завелся жук-точильщик, смажьте вазелиновым маслом, не имеющим запаха.

Для уничтожения жука-точильщика выпускается специальный препарат «Древотокс». Пропитанная им древесина будет защищена от жука в течение 5—6 месяцев.

Отравляющие вещества вводят в щели пипеткой или шприцем. Если мебель сильно испорчена жуком, нужно смазать ее несколько раз с помощью кисти. Чтобы отравляющая жидкость не стекала и не испарялась, все щели залепите воском или парафином. Процедуру повторите 2—3 раза с интервалом в 3 недели.

Моль — враг опасный. Ест она не только шерсть, но и мех, шелк, перо, хлопок и даже синтетику. Гусеницы моли появляются на кухне, там, где сыро, в сушеных фруктах, грибах, крупах, муке. Поэтому продукт следует держать в хорошо укупоренной посуде.

Моль не переносит как очень высокую, так и очень низкую температуру. Весной, перед тем как убрать зимнюю одежду, хорошенько проветрите ее на солнце. А чтобы личинки моли не завелись в складках одежды, вытряхните ее и тщательно почистите швы.

Такие общеизвестные средства против моли, как нафталин, мята, табачные листья, лавандовое масло, апельсиновая кожура, перец, не уничтожают моль, а только отпугивают ее. Личинки же и куколки остаются.

Уничтожить моль можно с помощью специальных химических препаратов «Дезмоль», «Антимоль», «Протолан», «Моримоль». Их выпускают в виде таблеток в целлофановой упаковке. Таблетки нужно положить в шкафы, чемоданы, ящики. Эти препараты нельзя класть рядом с пищевыми продуктами.

Для борьбы с молью эффективны средства в аэрозольной упаковке: «Дихлофос», «Неофос-1», «Антисект», «Булта», «Прима», «Дифокс». Ими достаточно дважды в год побрызгать в местах хранения одежды, белья, а также ковры (с изнанки). Хорошо предохраняют ковры от моли также полимерная пластина «Молемор», жидкость «Супрмит», препараты «Супрозоль», «Карацид», «Ковроль».

Грызуны. Если в полу появились норы, в которых живут мыши, насыпьте туда сухую ромашку, затем битое стекло и замажьте известью или цементом. Из химических средств рекомендуется «Крысид», «Зоокумарин» (порошок и паста), аэрозоль «Пенокумарин». Выпускаются готовые приманки в виде зерен. Все эти средства должны быть в хозяйственных магазинах.

Приманку можно приготовить и дома: смешать 20 г негашеной извести, 150 г муки и 100 г сахара (или 500 г гипса, 200 г муки, 200 г сахара). Рядом с приманкой поставьте воду.

Старинный рецепт — яд для крыс: 100 частей старого сыра, 20 частей глицерина, 50 частей угле-

кислого бария и 10 частей ячменной муки тщательно перемешать, из этой массы слепить маленькие пирожки, слегка посыпать их мукой и разложить в местах появления крыс. Рядом с приманкой поставьте посуду с водой.

Рекомендуется пользоваться также мышеловками — они продаются в хозяйственных магазинах. Имейте в виду: мыши не пойдут к мышеловке, в которую уже попадали раньше ее сородичи. Поэтому мышеловку надо периодически обдавать кипятком и проветривать.

Если предпринятые меры не помогут, обратитесь на санстанцию.



ЗЕЛЕНЫЙ УЮТ

В чем польза комнатных цветов

Комнатные растения украшают квартиру, способствуют созданию благоприятного микроклимата и настроения. Конечно, не стоит превращать жилую комнату в оранжерею. Прежде всего не следует загромождать окно разросшимся фикусом или многоярусными полочками с горшками цветов. На подоконниках хороши невысокие растения — кактусы, фиалки, занимающие не более 10—15 % оконного проема. А фикус, пальму, лавр и другие высокие растения лучше всего поставить на низкие скамеечки или специальные подставки.

Многие комнатные растения обладают способностью повышать влажность воздуха в помещениях, а это чрезвычайно важно и ценно, так как в отопительный сезон влажность воздуха в городских квартирах заметно снижается. Количество углекислого газа в помещении, где есть цветы, не повышается, так как ночью растения выделяют его во много раз меньше, чем поглощают днем. Подсчитано, что несколько сот комнатных растений выделяют за ночь примерно столько же углекислого газа, сколько один человек.

Некоторые виды комнатных растений наделены фитонцидными свойствами, т. е. способностью выделять летучие вещества, убивающие микроорганизмы воздуха или замедляющие их рост. К таким растениям относятся лимонное дерево, туя, герань, бегония. Пахучие эфирные масла, выделяемые комнатными растениями, не только освежают и очищают

воздух, но и отпугивают вредных насекомых. Например, запаха герани не выносят мухи, комары, моль.

Однако не все цветы так полезны. Например, в период цветения гиацинтов, вербены, герани, левкоев, нарциссов, лилий и некоторых других цветов выделяется такое обилие пахучих эфирных масел, что они могут вызвать головные боли, рвоту. Букеты из этих цветов лучше делать небольшие, а на ночь вовсе выносить их из комнаты. Помещение, где находятся душистые цветы, следует чаще проветривать.

Будьте осторожны с олеандром — сок его листьев, стеблей и даже цветков ядовит. Поэтому надо внимательно следить, чтобы он не попал в глаза, на слизистую оболочку рта и на руки, особенно если на коже есть царапины и ссадины. После ухода за ним следует тщательно вымыть руки с мылом.

Цветы и листья примулы могут вызвать крапивницу и экзему на коже человека, склонного к аллергическим реакциям, если он прикасается руками к растению. А иногда аллергию вызывает даже запах цветущей примулы. Таким людям разводить ее дома не рекомендуется. После ухода за примулой также следует вымыть руки с мылом.

От колючек кактусов на коже нередко появляются болезненные раздражения и даже длительные нарывы. Поэтому, ухаживая за кактусами, лучше надевать кожаные перчатки.

Если у вас маленькие дети, не держите в доме олеандры, примулы, кактусы, эйфорбии.

Однако вред от комнатных растений — довольно редкое явление. В подавляющем же большинстве комнатные растения для человека полезны.

Очень важно правильно выбрать их, решить, что подойдет для вашей квартиры. Прекрасно сочетаются в интерьере вечнозеленые тропические и субтропические растения: фикус, лавр, пальмы, папоротники, аспарагус, традесканции, плющи, кактусы. Экзотические, с яркими листьями и цветами. Их сочная зелень создает атмосферу лета.

Нужно постараться так подобрать растения, чтобы цветение продолжалось круглый год. Начинает его паунсеттия — «рождественская звезда». Затем вступают луковичный амариллис, розан китайский,

бегонии. Летом наступает пора бальзаминов, колокольчиков, фуксии, герани. И, наконец, «декабрист». Знаменитые комнатные фиалки цветут весь год.

Приобретать комнатные растения желательно молодые и ранней весной. Тогда они лучше привыкнут к тем условиям, в которых им придется жить.

Растение, принесенное домой из магазина, как бы проходит курс акклиматизации и требует внимательного к себе отношения. Сначала его надо поставить в прохладное место, листья опрыснуть водой. На ночь полить водой комнатной температуры и поставить на окно. Если цветок начнет увядать, его обертывают марлей или бумагой и обильно опрыскивают водой. Если ком земли сухой — поливают, если же сырой — поливать нельзя, потому что увядшие листья не испаряют влагу, и корни от избытка влаги могут загнить. Подсохшую обертку надо снова опрыскать. На следующий день растения открывают и держат на рассеянном свету вблизи окна. На ночь снова покрывают влажной марлей или газетой. Через 2—3 дня восстанавливается нормальная упругость листьев: растение осваивается с комнатным режимом.

Уход за комнатными растениями

В разное время года уход за комнатными растениями не одинаков, так как у цветов существует два резко различающихся между собой периода — роста и покоя.

Обычно период покоя приходится на осень и зиму, и только очень немногие виды отдыхают летом. Большую ошибку допускают неопытные цветоводы-любители, которые и во время отдыха растений продолжают обильную поливку, подкормку, преждевременно побуждая их к росту. Особенно вредно в это время злоупотреблять удобрениями. Растения, у которых период покоя приходится на зиму, следует подкармливать с марта по сентябрь, а цветущие зимой (зигокактус, цикламен и др.) надо осторожно удобрять с конца августа — начала сентября.

Очень важно содержать растения в чистоте. Запыленным листьям трудно дышать. Грязь, пыль, копоть, оседающие на них, создают благоприятные

условия для размножения вредителей и возбудителей болезней.

Обмывать растения рекомендуется регулярно, 1—2 раза в неделю, причем листья нужно мыть не только с верхней, но и с нижней стороны.

Необходимо своевременно удалять сухие, увядшие, загнившие листья и побеги, так как на них чаще всего поселяются вредители и возбудители болезней. Следует содержать в полной чистоте опоры для растений, горшки, подоконники, тумбочки и полочки, где они стоят. Только чистые, здоровые растения могут служить украшением комнаты и радовать своих хозяев.

Полезно опрыскивание растений теплой водой из пульверизатора. Если в помещении прохладно, следует снять капли влаги с листьев мягкой чистой тряпочкой.

Весьма удобны настенные вазочки. В них хорошо растут в воде различные виды традесканций. С погруженных в воду стеблей непременно надо удалить листья. Вьющиеся растения — плющ обыкновенный, колокольчик равнолистный и другие — можно поставить в цветочном горшке на шкаф или на книжную полку.

Растения с изгибающимися или с висящими стеблями хорошо растут в подвесных вазах. В них можно расместить и различные виды кактусов. Особенно красивы подвесные вазы в нише. Их подвешивают к потолку на чуть заметном шнуре.

Крупные комнатные растения — филодендрон или фикус — можно поставить на полу на низких подставках-скамеечках. Красивы также подставки для цветов на металлических ножках, украшенных плетенкой из пластиката.

Кактусы хорошо выращивать в керамическом блюде. Сосредоточив в одном месте множество различных видов растений, можно создать своеобразный живописный микродендрарий. В жилом помещении такая композиция выглядит необычайно красиво и экзотично.

Низкие растения лучше ставить в первом ряду от стекла, за ними — более высокие. Тогда и большим и маленьким цветам достанется поровну и воздуха, и света.

В летнее время комнатные растения, находящиеся на подоконниках (особенно с солнечной стороны), во избежание ожога и перегрева необходимо притенять. Это очень важный прием в цветоводстве. Почти все комнатные растения, кроме солнцелюбов-кактусов и других суккулентов, требуют притенения. Но не надо лишать их необходимого света и зря затенять, например в пасмурную погоду. Достаточное притенение обеспечивают марлевые и тюлевые занавески. Они поглощают не так много света и не препятствуют вентиляции. Полихлорвиниловая пленка гораздо хуже: растения за ней перегреваются и даже обжигаются, к тому же плотная пленочная завеса затрудняет приток свежего воздуха.

Не переставляйте без нужды горшки с комнатными цветами. Их листья всегда поворачиваются к свету, и если часто менять положение горшков, это может повредить развитию растений.

Плохо отражается на комнатных растениях начало отопительного сезона. Сырые холодные ночи внезапно сменяются очень теплыми, сухими — это может вызвать осенний листопад растений. Чем длиннее такие теплые ночи, тем больше питательных веществ расходуют растения, тем больше испаряется воды, и нередко после обильной вечерней поливки к утру горшки с цветами так высыхают, что их приходится снова поливать. А в прохладных комнатах растение спокойно переходит в состояние покоя, рост его прекращается, запасы питания расходуются более равномерно и экономно.

Чтобы уменьшить вредное воздействие сухого теплого воздуха, следует часто, желательно ежедневно, опрыскивать водой листья и ветки, возле горшков на подоконниках и на батареях отопления ставить сосуды с водой; после полива поверхность земли в горшках осторожно разрыхлить.

Зима для комнатных растений фактически начинается с ноября, когда продолжительность дня резко падает, и растениям не хватает солнечного света. Ежедневно надо подсвечивать их электричеством 2—3 ч, особенно в пасмурную погоду. Больше всего нуждаются в этом фуксии, бегонии, герани и розы. В феврале подсвечивание можно прекратить.

Растения, зимующие в подвалах и в прохладных помещениях, надо периодически проверять и изредка поливать. Декабрь — самый темный месяц в году, и цветам в это время особенно трудно. Но уже в январе условия для их развития меняются к лучшему, хотя еще продолжается расход накопленных за лето питательных веществ. В январе цветут выгоночные ландыши, гиацинты, нарциссы, тюльпаны.

В феврале день прибывает, солнце светит ярче. Растения начинают оживать, и многие из них дают хороший сильный прирост. В это время их следует чаще поливать и опрыскивать. Проросшие клубни глоксиний и бегоний высаживают в горшки и выставляют на свет. На подоконниках продолжают цвести выгоночные луковичные растения. Цветут азалии, кливии, цикламены, примулы и иногда узумбарские фиалки.

Некоторые цветы легче переносят трудности зимовки в прохладной температуре. Аспарагус, аукуба, агава, зигокактус, кливия, комнатный клен, герань, примула, восковой плющ, розы, филлокактус и цикламен предпочитают температуру 6—12 °С тепла, поэтому рекомендуется придвинуть их поближе к балконной двери, к раме окна.

При температуре 12—18 °С хорошо себя чувствуют бальзамин, кампанула, лантана, жасмин, розан китайский, седумы, фикус.

Амазонская лилия, антуриум, бегония «Рекс», диффенбахия, колеус, маранта, сансевиерия, узумбарская фиалка — «неженки». Им нравится тепло 18—25 °С, поэтому зимой их надо ставить подальше от окон.

Все цветы не выносят сквозняков. Поэтому, проветривая помещение, нужно отодвинуть горшки от форточки, а если они стоят на краю подоконника — защитить бумажным экраном от потока горячего воздуха, поступающего с батареи.

Неплохо растут зимой в домашних условиях папоротники, даже в помещениях с недостаточным освещением, на северных окнах. Их полезно по нескольку раз в день опрыскивать водой комнатной температуры из пульверизатора, можно поставить возле них блюдца или поддоны с водой, мокрым мхом или песком.

Листья фикуса будут блестеть и приобретут красивый зеленый цвет, если их периодически протирать тряпочкой, смоченной черным пивом, или вылить чайную ложечку касторового масла у самого корня ствола.

Если у фикуса мало листьев или он тянется вверх, посадите в тот же горшок какое-нибудь вьющееся растение, например плющ.

Лучшая зимняя температура для камелий — несколько градусов выше нуля. В очень теплом помещении, где воздух всегда сухой, растения начинают сбрасывать цветочные почки, поэтому надо постоянно следить за тем, чтобы ком земли сильно не пересыхал.

Комнатные растения, которые летом стояли на северных и западных окнах, на зиму рекомендуется поставить на более светлое — южное или восточное окно. В это время из-за недостатка света нередко растения искривляются, листья становятся мельче.

Полив. Правильный полив чрезвычайно важен для роста и развития растений. Частый — вреден, так как земля на дне горшочка не просыхает, закисает, нижние корешки загнивают и растения, как правило, гибнут. Растения, сбросившие листья, поливайте еще реже, но не допускайте пересыхания.

Воду для полива налейте заранее в емкости и держите в комнате: вода отстоится, температура сравняется. От теплой воды растения идут в рост, холодная — плохо всасывается корнями, и цветок может погибнуть от недостатка влаги. Непригодна для полива кипяченая вода, так как в ней нет воздуха.

Водопроводная вода должна отстояться не менее суток, чтобы из нее улетучился вредный для цветов хлор, выпал осадок. Можно в водопроводную воду во время отстаивания добавлять кипяченую — она содержит минимальное количество известковых соединений.

Поливать комнатные растения лучше из лейки с узким носиком. Струю сверху направляйте ближе к краю горшка, следите, чтобы земля не размывалась. Уплотненную почву обязательно рыхлите.

Необходимость полива зависит от биологических особенностей растений. Кактусы, виолы, герань сле-

дует поливать меньше, цикламены, цинерарии, примулу — больше. Время полива связано с температурой воздуха. Весной и осенью поливать растения рекомендуется утром, зимой — в дневное время.

Поливать цветы следует тогда, когда верхний слой земли подсох после предыдущего полива. Это относится как к зимнему, так и к летнему периодам. Кратковременные передышки между поливами обеспечивают доступ в почву воздуха, необходимого корням, и очень важны для нормального развития.

Постучав пальцем по горшку, можно определить, следует ли поливать растения: если земля в горшке сухая, звук будет звонкий, если же влажная — глухой.

Если цветок в горшке долгое время не поливать, происходит отделение корней и земли от стенок горшка, вода при поливе свободно проходит по стенкам и вытекает в отверстие в низу горшка, фактически не смочив землю. В таком случае следует поставить горшок на некоторое время в сосуд с водой.

Цикорная гуща, добавленная в цветочный горшок, сохраняет влажность земли, ускоряет прорастание семян.

Время от времени растения нужно опрыскивать или обливать из лейки, под душем. Землю не забудьте закрыть. Можно протереть листики мокрой тряпочкой или кисточкой.

Есть растения (например, цикламены), которые летом находятся в состоянии покоя. Их в это время надо поливать изредка, обязательно с поддона, и держать в прохладном месте. Некоторые орхидеи, в частности дендрохилюмы, пребывают в состоянии глубокого покоя все лето. Поливают их в летний период умеренно, лишь для того, чтобы не пересохли корни. Лишняя порция воды может вызвать несвоевременный рост, и такие растения уже не зацветут в положенный срок, а то и вообще надолго выйдут из привычного ритма жизни.

При хорошем уходе цикламен долго цветет зимой. Потом наступает период отдыха, листья желтеют, отпадают, остается только клубень, который надо поставить в темное место. Время от времени полезно увлажнять землю, чтобы она не пересыхала. После 2—3 месяцев отдыха клубень цикламена можно пересадить в свежую землю, поставить на светлое окно

и начать понемногу поливать — цикламен снова пойдет в рост. Цикламены любят прохладное помещение. Они прекрасно чувствуют себя при температуре +8 °С. Поливать надо так, чтобы вода не попадала на клубень, верхняя часть которого возвышается над поверхностью земли.

Если почва долго не просыхает или плохо впитывает воду, необходимо выяснить причину. В прохладном помещении, в пасмурную и дождливую погоду, в комнате с окном на север поливать цветы надо умеренно, остерегаясь перелива. Если же это случилось, нужно немедленно взрыхлить землю, чтобы дать доступ воздуха к корням. Кстати, рыхление (хотя бы раз в неделю) полезно для растений во всех случаях.

Для нормального развития некоторых растений в зимний период главное — умеренный полив. В первую очередь это касается кактусов, алоэ и других суккулентов — растений с сочными стеблями или листьями, запасающими в них большое количество влаги. Частый полив алоэ может привести к загниванию корня. Хотя цветок можно спасти, подсушив 2—3 дня оставшуюся здоровой верхушку и укоренив ее в сухом песке, лишь слегка понемногу смачивая, но лучше этого не допускать.

Луковичные и клубневые растения — амариллисы, клубневая бегония, глоксинии — зимой находятся в состоянии покоя и могут оставаться в комнате, в темном прохладном месте, без полива и ухода, так как в это время их листья и побеги засыхают. Выставленные на свет весной, они быстро развиваются, обильно и продолжительно цветут.

Растения нельзя поливать понемногу, чуть-чуть. Лучше через день-два, но обильно, чтобы весь ком земли хорошо пропитался и на поддоне выступила вода.

Лишнюю воду, которую цветок не впитал в течение 2—3 ч, нужно вылить из-поддона, чтобы молодые корешки не загнили.

Если земля в горшке высохла и потрескалась, добавьте в нее немного древесных опилок или речного песка.

Можно придать свежесть комнатным цветам, если поливать их слегка подсахаренной водой.

Подкормка. Комнатные растения надо подкармливать систематически, так как площадь питания в цветочной посуде невелика, и земля скоро истощается. Однако подкормки, внесенные не вовремя или в слишком большой концентрации, могут оказать вредное влияние. Нужно хорошо знать, как действует то или иное удобрение, чтобы не ошибиться.

Подкармливать нужно только здоровые, хорошо растущие комнатные цветы, лучше органическими удобрениями — коровяком (1 : 10), птичьим пометом (1 : 20). Но применять их в квартирах не всегда удобно, да и достать в городе не так легко. Поэтому целесообразнее использовать готовые минеральные удобрения для комнатных цветов. Применять их нужно по инструкции, не увеличивая дозу: это опасно для растений. А для таких нежных видов, как сенполии, колумнеи и другие, следует брать лишь половинную дозу. Рекомендуется удобрять комнатные растения не более одного раза в 2 недели.

Частые подкормки могут, как допинг, вызвать буйный рост зеленой массы, растение «зажирует», не будет цвести.

Если растение по каким-то причинам упорно не растет, внесение удобрений может только ухудшить его состояние, так как слабые, возможно, загнившие корни не смогут справиться с избытком питания. Поэтому его лишь изредка поливают и рыхлят почву. Если это не поможет, заболевшее растение следует пересадить в меньший по объему сосуд с легкой песчанистой землей.

Не торопитесь подкармливать цветы, пересаженные в свежую питательную землю,— на сезон они будут вполне обеспечены питанием. Вносить подкормки следует, не злоупотребляя их количеством, только во влажную землю, минут через 40—50 после полива; лучше всего это делать после захода солнца.

Подкармливают цветы весной и летом, осторожно поливая растение только вокруг стебля, чтобы не обжечь корни. С помощью небольшой лопаточки рыхлят почву — это позволяет воздуху проникать глубже в почву и освежать ее, а воде — достигать корней.

Наиболее применимые минеральные удобрения — аммониевая селитра (для роста растений), калиевая селитра (для улучшения цветения), сульфат аммония, нитрат аммония, суперфосфат и другие, хорошо

растворяющиеся в воде. Раствор делается слабой концентрации — 0,5 г на 1 л воды.

Отличной подкормкой для комнатных растений служит вода, в которой несколько дней лежала растертая яичная скорлупа. Еще лучше скорлупу от яиц размельчить и смешать с сахарной пудрой.

Вода, в которой промыли мясо, тоже может быть хорошим удобрением. Ее обязательно нужно процедить через марлю, иначе кусочки жира затруднят доступ воздуха к корням.

Иногда на 1 л поливной воды можно добавить чайную ложку молока или же использовать воду, оставшуюся после мытья молочной посуды, тарелок с мясными и рыбными блюдами. Такая необычная подкормка даст растениям все необходимые питательные соли.

Зимой тоже нужны подкормки, но более редкие, чем летом. Цветущие растения подкармливайте от появления бутонов и до конца цветения. Остальные — раз в 2—3 недели. Питательные растворы должны быть только слабой концентрации. Крепкие — обжигают корни, приводят к гибели цветов. Можно предварительно заготовить крепкий раствор, взяв 1 столовую ложку полного минерального удобрения на 0,5 л воды. А когда наступит время подкормки — размешать 1 чайную ложку готового раствора в 0,5 л воды.

Пересадка. Весна — лучшее время для пересадки цветов. Как определить, пора ли пересаживать растение или можно повременить? Для этого надо посмотреть горшок с поддона. Если корни выходят из отверстия горшка, значит, посуда для них мала. Затем следует проверить почву в горшках. Если она имеет неприятный запах, закисла, то растение нуждается в пересадке. Обязательно следует сменить землю тем растениям, которые давно не пересаживались, и в горшках у них почва истощилась. Желательно пересадить весной и те цветы, которые сильно разрослись.

Молодые растения рекомендуется пересаживать каждую весну, в апреле или в мае, а крупные, если они хорошо себя чувствуют,— раз в 2—3 года.

Для пересадки цветов заранее готовят посуду. Нужный размер горшка выбрать нетрудно: старый горшок должен входить в новый так, чтобы стенки их

соприкасались. Даже для быстрорастущих растений нельзя намного увеличивать размер посуды. В большом горшке корни не успевают быстро освоить всю землю, и она закисает.

Для посадки и пересадки растений можно использовать горшки, бывшие в употреблении. Их тщательно вымывают горячей водой и держат в кипятке, чтобы уничтожить плесень. Новые горшки тоже нужно подержать полчаса в горячей воде.

В зависимости от размера горшка на дно его кладут один или несколько черепков выпуклой стороной вверх или слой древесных угольков, гравия толщиной до 3 см. Это так называемый дренажный слой. Он даст корням возможность нормально дышать. На дренажный слой насыпают немного свежей земли.

После этого приступают к пересадке растения. Берут горшок правой рукой и опрокидывают на левую ладонь так, чтобы стебель растения находился между пальцами. Осторожно стучат краем горшка о стол, чтобы ком земли отделился от горшка. Острой палочкой удаляют старую землю, осторожно распутывают сплетенные корни. Часть старой земли все равно остается, как бы тщательно ее не счищали. Чтобы ее удалить, надо опустить земляной ком в таз с водой, и земля легко вымоется. Сплетения мочковатых корней, образовавшиеся в виде войлока, загнившие и сухие корни обязательно удаляют. Больные и надломленные корни нужно подрезать, а срезы присыпать толченым древесным углем.

Пересаживая цветы, старайтесь не делать резких движений. У некоторых растений корни очень хрупкие и могут легко сломаться. Открытые корни не держите долго на воздухе, чтобы не подсохли маленькие волоски. Надо как можно быстрее перенести растение в приготовленную для него посуду и, равномерно расправляя корни, засыпать их свежей землей. Между корнями не должно оставаться свободного пространства, поэтому время от времени постукивайте дном горшка о стол. У краев землю примните плоской палочкой. А для того чтобы было удобно поливать растение, в горшке оставьте закраины. Корневая шейка растения должна находиться на одном уровне с землей.

После пересадки растение обильно поливают теп-

лой водой (30—35 °С), ставят на рассеянный свет в такое место, где не бывает сквозняков. Дней через 5—6 его поливают второй раз.

Любая, самая аккуратная пересадка в какой-то степени нарушает корневую систему растения и, как правило, после этого оно некоторое время болеет.

Травянистые растения, которые отличаются быстрым ростом, за лето можно пересаживать 2—3 раза. При этом не нарушают земляной ком, а лишь переносят в более просторную посуду и добавляют новую землю. Такая пересадка называется перевалкой. Она не мешает нормальному росту растения.

Почва. Для нормального развития комнатных цветов большое значение имеет почва, которая по своим свойствам должна приближаться к природной и обеспечивать растение достаточным количеством питательных веществ. В то же время надо помнить, что горшочные культуры пользуются небольшим объемом почвы, поэтому она должна быть плодородной, влагоемкой, но рыхлой. Комнатные цветы сравнительно долго растут без пересадки, от частой поливки земляной ком сильно уплотняется, вследствие чего корни не всегда получают необходимое количество кислорода. Именно поэтому земля, взятая с огорода или поля, большей частью непригодна, даже если она очень плодородна. Такая почва по своим физическим свойствам не удовлетворяет требованиям растений, не обеспечивает нормальный водно-воздушный режим, который во многом зависит от ее механического состава.

Почвы бывают разные: суглинистые — тяжелые и влагоемкие, супесчаные — легкие, воздухопроницаемые, но плохо удерживающие влагу (быстро пересыхают).

Хороший субстрат для выращивания цветов — торф. Он может быть сильно- и слаборазложившимся. В сильноразложившемся значительная часть растительных остатков превращена в гумус, который содержит большое количество органических веществ. Слаборазложившийся состоит главным образом из мертвых мхов-торфообразователей. Степень разложения торфа определить нетрудно. Его надо хорошо увлажнить и сжать в ладони. Если вытекающая вода имеет коричневатый цвет, а масса сильно пачкает

пальцы, то степень разложения торфа достаточно высока. И наоборот, слаборазложившийся торф руки не загрязняет, а отжимаемая из него влага имеет светлую окраску. Для комнатных растений пригоден только слаборазложившийся торф, но он нуждается в известковании (5—10 г мела на 1 л измельченного торфа).

Однако в одном только торфе хорошо развиваться могут далеко не все растения. Поэтому нужно готовить специальные почвенные смеси. Для растений со слаборазвитыми, тонкими, мочковатыми корнями земля должна быть легкой и рыхлой. Виды с толстыми, мясистыми, маловетвящимися корнями лучше развиваются в более тяжелой. Почвенную смесь составляют из дерновой, листовой, торфяной или перегнойной земли с добавлением различных материалов-рыхлителей (древесные опилки, песок, соломенная резка и др.) и минеральных удобрений.

Чтобы приготовить дерновую землю, лопатой нарезают пласты дерна толщиной 8—10 см и складывают их травой вниз в штабель. Сверху делают лунку, в которую периодически наливают воду или навозную жижу. Летом кучу дважды перелопачивают. Через год получается хорошая дерновая земля. Если же штабель не перекапывать, то земля будет готова лишь через два года.

Дерновая земля может быть легкой и тяжелой. Легкую готовят из дерна с супесчаной почвы (ком такой почвы после сжатия рассыпается). Тяжелую землю получают из дерна, взятого с суглинистой почвы (сжатый ком не рассыпается).

В тяжелую дерновую землю для рыхлости добавляют листовую, слаборазложившийся торф, нарезанный лесной мох, крупный песок, древесные опилки и другие материалы.

Питательную смесь можно составить и в небольшом количестве. Для этого берут плодородную почву, листовую землю (из леса), нарезанный мох или древесные опилки и солому.

В случае использования малоплодородной почвы в нее можно внести минеральные удобрения, например «цветочную смесь» (3 г на 1 кг субстрата).

Хорошо перемешанную землю увлажняют и насыпают в пленочный мешок. Его не очень плотно завязывают и укладывают на 2—3 месяца в теплое место.

Субстрат периодически (1 раз в месяц) перемешивают и, чтобы он не пересыхал, вовремя увлажняют.

Опилки, полуперепревшие листья и солому при составлении смесей допустимо использовать без предварительного компостирования.

Однако посаженные в свежеприготовленную земляную смесь комнатные цветы первое время будут испытывать острый недостаток питания (главным образом азота), так как микроорганизмы, разрушающие эти материалы, сначала сами будут поглощать много азота и некоторое количество фосфора. И лишь после того, как органические рыхлители перегниют, азотный режим в почве нормализуется. Для устранения дефицита азота на каждый килограмм рыхлящих материалов следует добавить 15 г аммиачной селитры или 20 г сульфата аммония.

Обрезка. Многие любители цветоводства жалеют обрезать растения, не зная, что этим они и вредят им, и лишают себя радости любоваться их красивым видом и обильным цветением. К примеру, пеларгония, лавры, розы без периодической обрезки вытягиваются, могут совсем перестать цвести. К таким растениям относятся также фуксия, азалия, олеандр, лигуструм, мирт, китайская роза, самшит, цитрусовый лавр, абутилон (комнатный клен) и др. Из тропических растений следует обрезать бегонию фуксиевидную, жасмин, комейное дерево, колеус и другие. Обычно весной каждую ветку этих растений укорачивают на $^1/_3$, место среза присыпают толченым древесным углем. Слабые зимние побеги удаляют вовсе.

Лучше всего проводить обрезку весной. Прищипка и обрезка побегов вызывают рост боковых побегов, формирование красивого лиственного куста. У колеуса обрезка и прищипка дают не только кустистую форму, но и предупреждают нежелательное цветение. Чаще всего при обрезке растений побеги равномерно укорачивают со всех сторон на $^1/_2$ — $^2/_3$. Удаляют также сухие ветки и побеги, направленные внутрь кроны.

Лимонное деревце формируют постепенно. На второй год жизни растения побег прищипывают, оставляя 3—4 хорошо развитые почки, из которых образуются скелетные ветви (побеги первого порядка). Эти побеги при достижении 25—30 см вновь прищипыва-

ют, что ведет к образованию ветвей второго, а затем третьего и четвертого порядков. Плодоношение наступает на ветвях четвертого порядка.

Однако весной нельзя обрезать растения, у которых цветочные почки закладываются с осени (так, гортензию обрезают только после летнего цветения).

Особенности выращивания некоторых растений

Герань. Пеларгония, или герань — низкорослое кустистое растение. Высаживают ее в наземных вазах, в подвесных кашпо.

Герань неприхотлива, устойчива, отличается долголетием. Самый распространенный сорт — «Метеор». Это растение с ярко-алыми цветками и с очень длинным периодом цветения.

Размножать герань можно черенками в феврале — марте и в июле — августе. При осеннем черенковании она уже на следующий год дает хорошо развитые кустики, зацветающие ранней весной (апрель — май), при весеннем черенковании цветение наступает месяца через два.

Черенки должны быть с двумя-тремя междоузлиями, с верхушечной почкой, их нарезают с хорошо развитых маточников. Крупные листья срезают, чтобы уменьшить испарение, черенки держат 3—5 ч в холодном помещении, пока срез покроется тонкой пленкой.

Укореняют черенки по одному в 7-сантиметровых горшках, наполненных дерево-песчаной почвой. Поливают умеренно. Укоренившиеся растения подкармливают через каждые 10 дней жидкими органическими и минеральными удобрениями.

На следующий год в феврале растения пересаживают в 12—14-сантиметровые горшки с дерново-перегнойной землей. При пересадке тщательно обрезают все слабые, больные и поврежденные побеги, а на основных оставляют не более 5 почек. Это способствует правильному формированию куста.

В комнатных условиях пеларгония хорошо растет и развивается на протяжении 4—5 лет. Если за ней ведется надлежащий уход (весенняя пересадка, обрезка, регулярная подкормка и т. д.), то она сохраня-

ет высокие декоративные качества до 10 лет и более. Слишком старые растения цветут заметно хуже, поэтому их целесообразно расчеренковать. При выращивании пеларгонии желательно поддерживать определенный режим: летом — 15...18 °С, зимой — 6...10 °С.

Комнатная роза. Чаще всего в помещениях разводят бенгальскую красную розу, которая обильно цветет и зимой, не теряет листву. Распространена также полиантовая роза — небольшие, обильно цветущие кустики. Необычайно красива бурбонская роза (при правильном уходе на кустике бывает до 100 цветков), хорошо развиваются в комнатных условиях чайно-гибридные и чайные розы.

В феврале у комнатной розы набухают почки. В это время ее из прохладного помещения, где она зимовала, переносят на окно в комнату. В марте розу пересаживают в дерновую землю с добавлением хорошего листового перегноя. Горшки для посадки нужно брать небольшие.

Подкармливать розу можно только через 2 недели после пересадки. Хорошие результаты дает подкормка слабым настоем коровяка или куриного помета. В 1 л воды кладут горсть куриного помета, через 2 ч темно-коричневый раствор разводят водой до получения окраски чая средней крепости. Этим раствором поливают растение один раз в 10—12 дней. Перед любой подкормкой розы необходимо полить водой.

Для получения красивых кустиков и регулирования цветения важно своевременно обрезать побеги роз. Это делают сразу после пересадки. Старые побеги удаляют, а 4—5 побегов с хорошо вызревшей древесиной укорачивают в зависимости от сорта на 3—4 или 5—6 глазков. Верхний глазок должен смотреть наружу, а не внутрь куста. Кроме весенней обрезки летом нужно вырезать нецветущие и слабые побеги. Увядающие цветки следует срезать, сохраняя на побеге верхние почки.

Розы любят свет, но не выносят сухого воздуха; на солнечном подоконнике цветы быстро раскрываются и также быстро осыпаются, листья становятся мелкими.

Летом розы требуют много влаги, но не пере-

увлажнения, иначе на поверхности земли могут появиться прыгающие белые насекомые (подура). В этом случае необходимо прекратить полив на 5—6 дней и посыпать землю тонким слоем березовой золы или песка.

Раз в неделю листья следует промывать или опрыскивать водой из пульверизатора. Лучше делать это вечером, после заката солнца. Между горшками можно поставить сосуды с водой: она будет медленно испаряться и увлажнять воздух.

Восковой плющ. Это необычайно красивое комнатное растение. Цветы звездчатой формы, белые с розовой коронкой в центре, словно вылеплены из воска.

Они имеют приятный аромат и выделяют капли густого нектара, который, как алмаз, искрится на солнце. После цветения цветоножки не нужно обрезать, так как на них ежегодно в течение многих лет будут развиваться новые соцветия.

Стебли тянутся на 6 м. Летом такая гирлянда обильно покрывается цветками. Толстые, мясистые, блестящие листья также покрыты восковым налетом.

Размножают восковой плющ черенками с 2—3 листиками, воздушными отводками и семенами. Черенки укореняют во влажном песке. Некоторые цветоводы накрывают их стеклом или стеклянными банками. Черенки нарезают с полуодревесневших стеблей. На каждом черенке должны быть 2 пары листьев. Из них развиваются растения с несколькими побегами. Можно взять и с одной парой листьев, но тогда растение даст только один побег.

Недели через три-четыре черенки укореняются. Как только появятся зачатки побегов, молодые растеньица пересаживают в горшочки с землей. Чтобы восковой плющ имел ветвистый вид, у молодых растений надо отщипнуть верхнюю ростовую почку. Делать это лучше всего весной или в начале лета, когда побеги имеют по 3—4 пары листьев. Тогда к осени разовьются новые побеги.

Восковой плющ выращивают в смеси, состоящей из листовой, перегнойной и дерновой земли с примесью крупнозернистого речного песка. Полезно добавить немного роговой стружки. На дне горшка делают дренаж из черепков и древесного угля. Моло-

дые растения пересаживают ежегодно, старые — через 2—3 года.

Некоторые цветоводы ранней весной опускают горшок с восковым плющом в теплую воду (30—40 °С). Стебли погружают в воду на полчаса, а земляной ком должен прогреваться и мокнуть около 2 ч. После такой «бани» растение будет развиваться особенно пышно, и цветение наступит значительно раньше.

Весной и летом делают подкормки. Восковой плющ не любит как избытка, так и недостатка влаги. В зимнее время лучше содержать его в комнате с температурой около 16—18 °С. Весьма полезно в это время поливать плющ тепловатой снеговой водой.

Узумбарская фиалка. Растение это неприхотливо и цветет круглый год. Горшок под него лучше брать небольшой: для молодого растения — диаметром 5 см, для взрослого — 7 см. В таком горшке растения хорошо развиваются и цветут. Если нет маленькой посуды, можно посадить фиалку и в большой горшок, но тогда необходимо сделать большой дренаж из мелких камешков или керамзита. Новый горшок предварительно следует прокипятить в растворе столового уксуса (столовая ложка на 1 л воды). Чтобы не подгнивали листья, верхний край новых горшков необходимо погрузить на несколько секунд в расплавленный парафин. Можно использовать и пластмассовую посуду.

Почва для фиалок должна быть рыхлой, хорошо впитывать воду и пропускать воздух. Рекомендуется смесь, состоящая из перегноя — 2 части, листовой земли (полуперегнившие листья всех лиственных пород деревьев, кроме дубовых и ивовых) — 4, дерновой земли — 2, угля древесного — 1, хвойной земли — 1, крупного промытого песка — 1 часть. На ведро этой смеси добавляют полстакана золы и 2 столовые ложки суперфосфата.

Можно приготовить и такой состав: полуперегнившей листовой земли — 2 части, перегноя — 1, торфа — 1, крупнозернистого песка — $^1/_2$, хвойной земли — $^1/_2$, болотного мха — $^1/_2$ части. Хорошо положить на 1 кг смеси 10 г костной муки, 10 г роговой стружки, 25 г древесной золы.

Используется еще один состав почвы, при котором

подкармливать растения не нужно: 2 части хвойной земли, 2 части полуперегнивших листьев орешника и 1 часть ольховых, 1 часть крупного речного песка, 1 часть коровьего перегноя, 2 части древесного угля, $^1/_2$ части дерновой земли. На ведро такой смеси добавляют полстакана костной муки и 2 столовые ложки доломитовой муки.

Прежде чем насыпать землю в горшок, рекомендуется пропарить ее на газовой горелке, добавив немного воды, чтобы уничтожить вредителей. Дней через 10 можно приступить к посадке — за это время в земле восстановятся полезные микробы. Прежде чем засыпать почву в горшок, на дно необходимо положить (на $^1/_5$ высоты) мелкие камешки и речной песок. На 1 л смеси добавляют столовую ложку угольного порошка.

При нормальной относительной влажности воздуха (60 %) фиалки переносят температуру +15...+30 °С. Если в комнате тепло, имеется приток свежего воздуха, фиалка быстро растет, хорошо развивается. Но она капризна, боится сквозняков, начинает сохнуть, если воздух в комнате недостаточно влажен.

Оптимальные для фиалок условия: высокая влажность и температура +20...+22 °С. Зимой, когда влажность воздуха в комнате резко понижается, между цветочными горшками ставят сосуды с водой, а на батарею — специальные увлажнители.

Домашняя фиалка любит светлые места, но боится прямых солнечных лучей. Поэтому, если окно выходит на юг, цветок защищают пленкой, тюлевыми или марлевыми занавесками, бумагой. Если же этого не сделать, на листьях появятся белесые и желтые пятна, цветы выгорят, измельчают.

Подкормка для фиалок желательна в весенне-летнее время. Лучшее удобрение — смесь полного удобрения «В». Подкармливают после полива только здоровые растения: махровые сорта — раз в 10 дней, одинарные — раз в 15 дней. Концентрация раствора должна быть в пределах 0,4—0,7 г удобрения на 1 л воды, то есть в 2 раза слабее, чем для других растений. В летний период фиалки можно 2—4 раза подкормить коровяком (200—300 г навоза на 10 л воды), добавив 1 г медного купороса. Птичьего помета на 10 л воды берется не более 50 г. Производя под-

кормку, следует помнить, что фиалки лучше не докормить, чем перекормить.

Неправильный полив — наиболее распространенная причина гибели фиалок. При избытке влаги у них подгнивают корни.

Лучшей водой для полива считается дистиллированная. Можно поливать и водопроводной, но при этом она должна отстояться 2—3 суток. Дождевая и снеговая вода очень хороша для растений, но в больших городах ее лучше не использовать.

Фиалки поливают так, чтобы земляной ком всегда был умеренно влажным. Систематическое переувлажнение и пересушка могут привести к гибели или возникновению грибковых заболеваний. Растения следует поливать под корень водой комнатной температуры, обходя центр розетки, где развиваются молоденькие листики.

Моют фиалки по мере их загрязнения. Вода должна быть на 2—3 °С выше комнатной температуры. Куском полиэтиленовой пленки закрывают почву в горшке. Держа растение наклонно над раковиной, направляют на листья тонкую струйку воды — пыль скатывается вместе с водой. Мыть можно лишь нижние и средние листья так, чтобы вода не попадала в центр розетки. Если у растения имеются лишь бутоны, его можно мыть и под душем. Чтобы избежать загнивания центральных маленьких листиков, воду с них надо убрать промокательной бумагой. Самое опасное для растения — если его мокрым поставить под солнечные лучи или на сквозняк.

Размножать фиалки лучше всего из отдельных листиков, укореняя их в воде или в земляной смеси. Лист с коротким черенком укореняется скорее, с длинным — медленнее. Черенок срезают под углом, ему дают полчаса подсохнуть, затем лист либо заглубляют в земляную смесь, либо ставят в пузырек с водой. Если вода слишком жесткая или содержит много серы, лучше использовать дистиллированную воду или ту, которая образуется при оттаивании холодильника.

Для укоренения в темный пузырек наливают воду, опускают в нее лист и ставят в теплом светлом месте, но не на солнце и не на сквозняке. Через 30—40 дней лист должен пустить корешки. Когда корни достигнут 2—3 см, его сажают в землю.

Лист сажают на глубину не более 1—2 см. Для устойчивости его можно укрепить палочкой или соломинкой, затем накрыть полиэтиленовым колпачком и поставить в светлое место, но не под прямые солнечные лучи, иначе в результате сильного перегрева лист погибнет. Через 2 недели колпачок можно снять. Выросшие вокруг черенка растеньица высотой 4—4,5 см отделяют от листа и сажают в горшочки диаметром 4 см. Когда они тронутся в рост и заполнят корнями посуду, их пересаживают в более просторные горшки. При этом земляную смесь делают более питательной, уменьшая количество песка.

Если листья проращивают в почве, корни образуются медленнее, но розеточки молодых растений гораздо легче переносят дальнейшие пересадки. Для проращивания листовых черенков лучше приготовить особую почву — к 4 частям крупного песка добавить 2 части торфа и столовую ложку березового угля на 1 л смеси.

Фиалкам необходим отдых, хотя они могут цвести на протяжении всего года. В южных районах растению лучше давать отдыхать летом, в самое жаркое время, на широте Москвы — зимой. В это время в течение 3—4 месяцев надо обрывать цветоносы.

Фиалки относительно устойчивы к заболеваниям. Но если листья у них потускнели, стали мягкими, нужно провести профилактический осмотр. Для этого растения вынимают из горшка и осматривают корни. Загнившие корешки удаляют, а корневую систему промывают раствором уксуса (чайная ложка на 1 л воды) или слабым раствором марганцовки. Затем фиалку пересаживают в легкую почву с добавлением песка.

Если у фиалки загнил ствол, нужно срезать его до здоровой ткани и укоренить в воде.

Основные причины болезней фиалок — полив холодной водой, тяжелая почва с плохой вентиляцией, выращивание в большом горшке, недостаток света, заглубленная крона. Появление же на листьях белых пятен или коричневых колец говорит о том, что растение попало либо в струю холодного воздуха, либо под прямые лучи солнца.

Если на фиалке появилась тля, летом можно посадить на растение божьих коровок — они быстро расправятся с вредителями. Зимой надо поставить фи-

алку, листья которой должны быть сухими, под колпак и напустить туда табачного дыма. Через 2—3 ч тля погибнет, а чтобы она не появилась вновь, необходимо повторить эту процедуру 3 раза через 7 дней.

Иногда корни, стебли и листья фиалки поражают мелкие круглые черви. Вылечить растение трудно. Пораженные листья удаляют и поливают фиалку раствором рогора (3 кубика на 1 л воды), а также опрыскивают, но для этого растворяют чуть меньше кубика в 1 л воды. Делают так 3 раза через 2 недели.

Фиалка, зараженная земляным клещом, отстает в росте, молодые листья становятся гофрированными, маслянистыми, в точке роста образуется кочан из плотно прилегающих друг к другу мохнатых листьев. Заболевшее растение опрыскивают раствором — 25 капель кельтана на 1 л воды. Процедуру повторяют 3 раза с интервалами в 7 дней.

«Живые» гирлянды. Уже давно стали популярными ампельные комнатные растения, побеги которых свешиваются вниз, словно длинные зеленые гирлянды. Они занимают мало места, их можно подвешивать около окна или ставить на книжный шкаф и т. д. Особенно красиво они выглядят, если подвесить их на капроновой нити — кустик пышной зелени как бы парит в воздухе. Название «ампельный» происходит из древнегреческой мифологии. Ампел — имя прекрасного юноши, превращенного Зевсом в свисающую виноградную лозу.

Среди ампельных растений особенно широко распространены традесканция, аспарагус, плющ, камнеломка, хлорофитум. Все они неприхотливы, изящны, легко размножаются.

Традесканция теневынослива, хорошо растет на окнах, выходящих на север. Размножать ее можно черенками в течение всего года. Черенки высаживают в увлажненную землю, где они быстро приживаются. Укрывать их стаканом не рекомендуется.

У старых растений нижние части стеблей нередко теряют листья, становятся оголенными. В этом случае нужно отрезать верхушечные черенки и посадить их в землю. Вскоре цветочный горшок вновь покроется густой, кудрявой зеленью.

Самой неприхотливой считается традесканция с

зелеными листьями. Красивы традесканции с листьями в белую или желтую полоску.

Очень приятна ажурная зелень аспарагуса. Это тоже неприхотливое и красивое растение. Летом его не рекомендуется ставить на солнце, обильно поливать. Зимой тоже не стоит поливать часто. Хорошо растет в комнате плющ обыкновенный, который размножается черенками. Красивы пестролистные плющи, серо-бело-зеленые с белой каемкой, желтым глазком посередине листа и другие. Листья плюща рекомендуется мыть.

Оригинальный вид у другого ампельного растения — камнеломки. На своей родине, в Восточной Азии, она растет в расщелинах скал и утесов, отсюда и пошло ее название. У камнеломки округлые, зубчатые листья, серебристые сверху и красноватые снизу.

Растение образует массу красных длинных побегов («усов»), на концах которых и сидят молодые растеньица в виде розеток. Пышный кустик камнеломки со свисающими многочисленными красными побегами очень красив. Цветет мелкими розовыми цветками. Выращивают камнеломку в небольших горшочках, так как она боится закисания почвы. Молодые розетки приживаются очень быстро. В летнее время их следует поливать обильно, зимой — меньше. Держать растение лучше всего на светлом, прохладном окне.

К распространенным комнатным растениям относится хлорофитум. Его прикорневые листья с красивыми бело-кремовыми продольными полосками собраны в пышные кусты. Ранней весной из густой шапки листьев начинают тянуться цветочные стебли. На них развиваются миниатюрные растеньица в виде розеток. При обильных поливах и подкормках они быстро развиваются, и длинные цветочные стебли превращаются в красивые зеленые гирлянды.

Для размножения используются розетки, которые легко отделяются от стебля. Одно растение с такими цветочными стеблями — целый питомничек готовой рассады хлорофитума. Разросшиеся кусты необходимо делить и рассаживать.

Декоративный перец. Миниатюрные плоды некоторых видов перца, семейства пасленовых, на фоне

изумрудной зелени выглядят очень привлекательно. Его называют также красным, жгучим, мексиканским, китайским или турецким.

Расположенные вертикально плоды-стручки конической формы, длиной 4—10 см (в комнатных условиях мельче), чуть изогнуты на конце. Они бывают красные, желтые, фиолетовые или белые с гладкой, словно лакированной поверхностью. Молодые плоды — зеленые.

Цветки мелкие, белые, реже — пурпурные или фиолетовые, без запаха. Перец — однодомное растение, тычинки и пестики имеются в каждом цветке. Плоды прекрасно завязываются и без искусственного опыления цветков.

В комнате может культивироваться как многолетнее растение, но лучше его возобновлять из семян ежегодно. Цветет в июне — августе, стручки созревают к осени — началу зимы и долго держатся на растении.

Семена (несколько штук) высевают в марте на глубину 0,5—1 см в небольшие горшки с питательной землей. Они всходят через 10—15 дней. Если сеянцам становится тесно, их рассаживают.

Перец размножается и черенками, которые срезают со взрослых растений и ставят в воду. Когда образуются корни длиной 2—3 см, черенки высаживают в горшки.

Во время вегетации растения подкармливают рижским полным минеральным удобрением «А» раз в декаду (1 чайная ложка на 3 л воды). Воду берут дождевую или водопроводную кипяченую.

Комнатную многолетнюю культуру перца нужно ежегодно весной пересаживать в свежую землю, используя горшки, соразмерные с корневой системой.

Очень полезно зимой подсвечивать перец, тогда он цветет и плодоносит без перерыва.

Созревшие плоды срывают и подсушивают, семена хранят либо в стручках, либо вылущенными.

Свежие или сушеные плоды можно употреблять в пищу как пряность, только нужно помнить, что они очень жгучие.

Бальзамин. В народе его называют «огонек» — травянистое растение, родина которого — тропические леса Африки. Стебли его толстые, сочные, изогну-

тые, листья светло- или темно-зеленые, иногда коричневатые, в зависимости от сорта. Цветки довольно крупные, диаметром до 3 см, развиваются в пазухах каждого листа. Новые побеги располагаются по всему старому стеблю, и растение поэтому всегда выглядит пышным, зеленым. Цветет бальзамин почти круглый год, но зимой количество цветков уменьшается.

Растение весьма светолюбиво, однако хорошо растет и на окнах, выходящих на север. Весной и летом его следует защищать от прямых солнечных лучей, иначе листья и цветки начинают подсыхать и осыпаться. Для равномерного роста растение необходимо периодически поворачивать к свету.

Бальзамин, как истинный южанин, теплолюбив. Он не переносит низкую температуру. Уже при 12—15 °С живописность его начинает исчезать. Если в помещении еще холоднее, растение сбрасывает листья и бутоны. Этот цветок хорошо развивается при обычной комнатной температуре (18—22 °С).

Бальзамин боится сквозняков. При проветривании комнаты, особенно в холодное время, чтобы на растение не попал поток холодного воздуха, нужно отставить его подальше от форточки, открытой фрамуги или хорошенько прикрыть.

Поливают растения обильно, до полного промокания земли, а воду, просочившуюся на поддон, обязательно сливают. Летом поливают немного чаще, чем зимой.

Для полива следует употреблять речную, колодезную или водопроводную воду. Последнюю надо предварительно, набрав в посуду, выдержать несколько часов без крышки, чтобы выветрился хлор. Температура воды должна быть комнатная. Поливать следует осторожно, стараясь не размыть корневую систему.

На бальзамин благоприятно действуют опрыскивания. Можно воспользоваться комнатным опрыскивателем или лейкой с очень мелким ситечком. Такой водяной душ полезно устраивать почаще, не реже 1—2 раз в неделю.

Весной комнатный бальзамин пересаживают. Посудой может служить гончарный цветочный горшок, а при хорошем дренаже — фаянсовая или пластмассовая цветочница. Посуда должна быть не слишком просторной — диаметром на 2—3 см больше опле-

тенного корнями земляного кома. Для стока воды на дне горшка обязательно отверстие, которое прикрывают выпуклым черенком, а на него насыпают дренажный слой гальки и крупный речной песок. Почва должна быть питательной, примерно такого состава: 2 части листовой, 2 — дерновой, 2 — перегнойной земли и 1 часть крупнозернистого песка.

При пересадке нужно осторожно разрыхлить острой палочкой ком земли, обвитый корнями, удаляя часть старой земли. Движения палочкой производят сверху вниз и снизу вверх, стараясь не повредить корни. Больные и засохшие корни следует удалить, а места срезов присыпать порошком древесного угля. Растение помещают вертикально в центр посуды, но так, чтобы насыпанная земля полностью покрывала корни и после уплотнения была ниже на 2 см от края цветочного горшка.

Весной и летом бальзамин подкармливают каждые 10—15 дней полным минеральным удобрением, чередуя его с органическими удобрениями (водный раствор коровяка 1 : 10). Перед внесением удобрения растение обильно поливают.

Комнатный бальзамин размножают черенкованием. Для этого весной побеги длиной 8—10 см отрезают острым чистым ножом, удаляют все бутоны, цветы, а также листья с нижнего конца черенка. Затем сажают его в цветочный горшок в легкую питательную почву. На первые 2 недели побег прикрывают стеклянной банкой. Для лучшего укоренения и дальнейшего роста появившиеся бутоны на укорененном черенке срезают. Наиболее обильно цветет бальзамин в первый и второй год после укоренения черенка. Поэтому целесообразно заменять растение каждые 2 года.

Как вырастить растение из листика или стебелька

Из стеблевого черенка можно вырастить бальзамин, герань, плющ, примулу, плюмбаго, кассифлору, розу, розан китайский, кампанулу, комнатный клен и виноград, гортензию, золотое дерево, фуксию, филодендрон и др. Лучше всего делать это осенью. Надо срезать острым ножом немного ниже почки (под ли-

стьями) стебелек длиной 3—8 см. Нижние листья на стебельке удалить, крупные верхние обрезать наполовину, чтобы уменьшить испаряющуюся поверхность. Подготовить маленький горшочек. Если такого нет, можно использовать любой пластмассовый стаканчик или жестяную баночку, сделав внизу отверстие диаметром 1—1,5 см для стока воды. На дно положить дренаж из мелкой гальки, черепков, древесного угля. Насыпать слегка влажную, легкую листовую землю, отжав ее к стенкам горшка, сделать лунку диаметром 2,5—3 см. Разместить черенок в центре лунки слегка наклонно, засыпать хорошо промытым сухим песком, полить. Накрыв черенок стаканом или банкой, поставить горшок в светлое, но не солнечное, теплое место. Необходимо опрыскивать черенок водой. Если появятся новые листочки — значит, цветок принялся.

Можно сделать и по-другому. Срезав черенок, поставить его в воду так, чтобы в ней находилась третья часть черенка. Вода перед этим должна сутки отстояться, чтобы улетучился хлор, а потом ее не менять, а лишь добавлять свежую по мере надобности. Необходимо держать черенок в тепле и на свету. Через 3—4 недели, когда на конце черенка появится утолщение, а затем и корни, можно пересадить его в горшочек.

Из одного листика или, как говорят цветоводы, из листового черенка выращивают узумбарскую фиалку, глоксинию, бегонию, примулу. Острым ножом срезают зрелый лист с черенком в 3—4 см, помещают его в стакан с водой (чтобы он касался дна) и накрывают стеклянной банкой или полиэтиленовым мешочком. Регулярно проветривают растение и доливают воду, не меняя ее. После того как отрастут корни длиной около 2 см, растение пересаживают в горшок.

Все молодые растения рекомендуется держать на свету, но укрывать от прямых солнечных лучей и поливать тепловатой водой. Когда они дадут несколько листиков, их нужно постепенно приучать к комнатному воздуху, снимая на время стеклянную банку или полиэтиленовый мешочек, а через 10—15 дней можно открыть совсем.

Растения, выращенные дома, значительно легче приспосабливаются к условиям квартиры, реже болеют, лучше цветут, чем приобретенные в магазине.

Микросад в жилище

Чтобы улучшить микроклимат в квартире, попытайтесь перенести в нее частичку природы. Доказано, что растения отлично увлажняют воздух в комнате. Хорошо служат этим целям получившие в последнее время признание так называемые микросады. Они чрезвычайно красивы, декоративны и польза от них велика.

Микросад, или садовая миниатюра,— это камень, на котором растут различные растения. Многие посадки на камнях даже лучше, чем в обычных керамических горшках.

Помещенный на эмалированный поддон (обязательно эмалированный, так как эмаль не дает окисления) пористый камень впитывает воду, налитую на поддон, и по капиллярам поднимает влагу ко всем растениям. Влага и воздух всегда одинаково поступают в корень, а шершавая поверхность камня увлажняет пересушенный воздух квартиры.

Выбирая камень для микросада, следует обратить внимание на его форму, постараться найти такой, чтобы пришлось меньше работать пилой и зубилом, придавая ему вид скалы, грота, замка.

Камни для садовых миниатюр используются разные: пемза, известняк, ракушечник, туф. Масса камня зависит от породы и может быть от 8 до 18 кг. Чем больше камень, тем лучше он увлажняет воздух.

Пока камню придается нужная форма, растения, предназначенные для сада, укореняются под стеклянной банкой в горшке, помещенном на солнечном окне. Весной для укоренения потребуется примерно 2 недели, поздней осенью и зимой — значительно больше.

Нижняя часть камня отпиливается ровно (чтобы пила во время работы не нагревалась, ее следует охлаждать водой). А верхняя часть камня должна быть неровной, шершавой — такой камень имеет большую поверхность увлажнения.

Как только камень получит задуманную форму, в нем сверлом делают отверстия для посадки растений. Ширина отверстий зависит от вида растений. Для маломерных достаточно сделать отверстие 10×10 мм, а для крупномерных, например криптомерии серебристой,— 50×50 мм. Отверстия жела-

тельно делать как можно глубже и по возможности соединять их между собой внутри камня.

Отверстия заполняются «запальной» почвой, необходимой для первоначального укоренения растений. По мере развития корни заполняют их и в дополнительной почве не нуждаются, так как питаются минералами камня, растворенными кислотами.

На поверхности камня массой 10—12 кг может разместиться до полусотни карликовых растений. При систематическом поливе камень способен нормально питать зеленые насаждения на протяжении многих лет.

Карликовый сад на камне долговечен, а поэтому на нем можно выращивать даже некоторые древесные породы: сосны, кедры, криптомерии.

Развиваясь на камнях, карликовые деревца принимают удивительно красивые, причудливые формы.

На известняковом камне прекрасно себя чувствуют криптомерия серебристая, узумбарская фиалка, седум и многие другие растения. Можно использовать для микросада и ракушечник. Из всех пористых камней он лучше всего поддается обработке, и ему нетрудно придать любую желаемую форму. На ракушечниках хорошо развиваются многие разновидности кактусов, седумов, живородки, камнеломки, на пемзе — лиановидный фикус скандено, хавортия и гелексиния-солейроли.

Превосходным материалом для микросада является красный туф. Он легкий и пористый, свободно обрабатывается, но очень крошится, поэтому обрабатывать его следует напильником с мелкой насечкой. Туф хорошо проводит влагу, вода, налитая в поддон, быстро перемещается на его поверхность. На нем прекрасно растут некоторые разновидности папоротников, рейнекия, аспарагус. Живописно смотрятся на фоне вишнево-красного камня пестролистые растения.

Миниатюрные горные скалы и гроты, покрытые живыми растениями, украсят квартиру и улучшат ее микроклимат.

Как вырастить дома лимон

Лимон не любит ни жаркого, сухого воздуха, ни тем более холода. Зимой деревце лучше держать на окне, подальше от форточки, летом — защищать от прямых солнечных лучей, рядом поставить банку с водой. Не надо часто передвигать, поворачивать растение — оно любит покой.

Лимон — растение влажных субтропиков, требует теплой почвы и повышенной влажности воздуха. Этого можно достичь, если подогреть вазон снизу, но в то же время нужно следить, чтобы сухой воздух не попадал на крону. Выращивать лимон лучше возле окон, расположенных с северо-восточной и юго-западной стороны. У восточных и южных окон его нужно притенять или устанавливать в стороне от окна.

Зимой лимон поливают 1—2 раза в неделю, летом — ежедневно, но понемногу. Температура воды должна на 2—3 °С превышать температуру воздуха, при большей разнице могут погибнуть цветы и завязи. Поливать надо очень осторожно. Недостаток влаги, как и переувлажнение, приводит деревце к гибели. Хорошо поливать растение дождевой или речной водой, но обязательно теплой. Можно увлажнять с поддона, но нельзя допускать застоя воды. Если земляной ком уже пропитался, лишнюю воду надо обязательно слить.

Полезно периодически опрыскивать растение тепловатой водой из пульверизатора: летом желательно 1—2 раза в неделю, зимой в квартирах с центральным отоплением — 2...3 раза.

В закрытом грунте деревца достигают высоты 1,5—2 м и могут жить до 50—60 лет. Для таких растений нужна хорошая по структуре и достаточно питательная почва. Этим требованиям отвечает смесь, составленная из дерновой и листовой земли, перегнившего навоза и песка в равном (по объему) соотношении. Следует иметь в виду, что для цитрусовых совершенно непригодны кислые почвы.

Подкармливать растение надо 1—2 раза в месяц с марта по сентябрь, используя для этого разбавленный коровий или птичий помет (на 1 часть коровьего помета — 10 частей воды, на 1 часть птичьего — 20 частей). Удобрения предварительно настаивают в течение 3 дней в воде. Можно применять и мине-

ральные удобрения — дозировка указана на пакетах, но прежде следует полить деревце.

Чтобы лимон дал больше плодов, в марте старые, сухие побеги обрезают, молодые и сильные — укорачивают.

Первой же весной растение пересаживают в горшок, на 2 см шире предыдущего. Повторяют пересадку каждые 2—3 года. Состав почвы: 2 части дерновой земли, 1 — листовой, 1 часть перегноя или торфа, немного песка. На дно горшка кладут битые черепки и крупнозернистый песок.

Лучше всего растут и плодоносят привитые лимоны. Растение, выращенное из семечка, готово к прививке, когда толщина ствола достигнет 8—10 мм. Прививку делают черенком или глазком-почкой, взятой с другого, уже плодоносящего деревца.

В период цветения лимонов в комнате должно быть прохладно, не теплее 16 °С, иначе цветы осыплются. Когда появятся завязи, обрывают все лишние, оставляют лишь столько, сколько растение сможет прокормить: на каждый плод в среднем должно приходиться 10—12 старых листьев. Если этого не делать, лишние завязи все равно опадут.

Размножать цитрусовые можно семенами, прививкой, черенками и отводками. Начинающим цитрусоводам лучше пользоваться семенами. Вынув из плодов, их надо сразу же посадить, иначе они потеряют всхожесть.

Выращенный из семени лимон начинает плодоносить на 12—15-й год жизни.

Иногда у нормально развитого лимона опадают завязи из-за недостатка минеральных солей либо слишком высокой температуры воздуха в период цветения и в первое время роста завязи. В первом случае растение следует чаще подкармливать раствором навозной жижи, во втором — поддерживать оптимальную температуру во время цветения лимона — 16...20 °С, а в период начала роста плодов — 18...22 °С.

Часто на листьях появляются сладкие клейкие выделения. Это мягкая ложнощитовка, опасный вредитель комнатных растений, питающийся их соками. Следует опрыскать деревце керосином с мылом (40 г мыла, 1 л воды и 5 капель керосина), а также суточным настоем из листьев грецкого ореха. Некото-

рые цитрусоводы советуют смазывать зараженные места кашицей из свежего лука.

Листья лимонов нередко осыпаются из-за паутинных клещиков, которые высасывают из них сок. Для борьбы с клещиком из химических средств годятся метилэтилтиофос (1 г на 1 л воды) и эфирсульфонат (3 г на 1 л воды). Можно применять суточный настой натертого лука или чеснока (чайная ложка на стакан воды), а также сок алоэ и агавы (150 г листьев на 1 л воды).

Все опрыскивания надо повторять трижды с интервалами в 10 дней.

На стволе лимонного деревца иногда появляются трещинки, из которых вытекает клейкая жидкость. В этом случае омертвелую кору вырезают, не нарушая древесины, ранку промывают 3-процентным раствором медного купороса или 5-процентным марганцовокислого калия, затем замазывают глиной.

В помощь любителям кактусов

Особенности ухода за кактусами. Насчитывается свыше 5000 видов этих многолетних стеблевых суккулентов. Некоторые кактусы при правильном уходе цветут ежегодно, даже по 2 раза в году. Одни цветут только в юном возрасте, другие — в зрелости.

Причудливые формы и строение кактусов вызывают живейший интерес к ним цветоводов-любителей. Нет единых правил выращивания, применимых ко всем суккулентам. Каждый вид требует индивидуального подхода.

При уходе за кактусами нужно прежде всего обратить внимание на их корни. У кактусов различают корни стержневые (вертикальные маловетвистые), репчатые и мочковатые. В зависимости от строения корней кактусы требуют различной почвы. Кактусы, имеющие длинные вертикальные корни, хорошо себя чувствуют в глинистой земле. Репчатые корни требуют плотной глинисто-известковой земли. Мочковатые корни состоят из множества тонких корешков, располагающихся вблизи поверхности земли. Им нужна мягкая почва.

По колючкам также можно определить, какой уход необходим растениям. Кактусы с широкими

колючками любят летом умеренную влажность, а зимой не переносят сырой почвы.

Кактусы с волосяным покровом не переносят ярких прямых солнечных лучей в летнее время, зимой — чрезмерной поливки.

Летом кактусы рекомендуется держать на открытом воздухе. Им очень полезен перепад ночной и дневной температур. Желательно не заносить растения в комнату ранней осенью, так как именно прохладная погода способствует уплотнению стебля и покрывающей его кожицы — закаляет кактус, подготавливая его к длительной сухой зимовке. При такой закалке растения меньше болеют.

Весной, после зимовки, кактусы 2—3 недели оберегают от ярких солнечных лучей, затенив марлей.

Когда кактус зацветает, не рекомендуется поворачивать его, так как это вызывает опадение бутонов от чрезмерной сухости воздуха.

Почва для кактусов. Универсальный рецепт состава почвы для всех видов кактусов дать невозможно. Рекомендуют сделать основную смесь, а затем прибавлять к ней необходимые компоненты в зависимости от вида. Для всех кактусов земля обязательно должна быть легкой, пористой, чтобы через нее быстро просачивалась вода. Если она задерживается на поверхности,— состав почвы неправильный.

Для основной смеси берут в равных частях листовую и дерновую землю (хорошо перегнившую), крупнозернистый речной песок без примеси глины (вместо песка можно взять размельченный и просеянный кокс величиной с горошину). Добавляется немного измельченного древесного угля (1 : 10), толченых глиняных черепков, старой, выветрившейся глины и извести (лучше всего из разрушенных строений). Смесь посыпают гранулированным суперфосфатом и тщательно перемешивают.

Чтобы определить влажность земли, горсть ее сжимают в кулаке, затем раскрывают его: если земля рассыплется — значит, влажность нормальная.

Для листовых кактусов (пейрескии, эпифиллюмов, зигокактусов, рипсалисов и др.) к основной смеси надо добавить парниковую землю и торф. Хорошо себя чувствуют они после подкормки старым, перепревшим коровяком.

Для кактусов с колючками, шипами, пушком в основную смесь добавляют известь. Взрослым экземплярам и столбовидным цереусам нужна выветрившаяся глина (известь и глину лучше всего брать из разрушенных строений).

Для кактусов с мочковатой корневой системой рекомендуется почвенная смесь такого состава: $1^1/_2$ части лиственного перегноя, 1 — парникового перегноя (4-летней давности), 1 — дерновой земли, 1 — выветрившейся глины, 1 часть речного крупнозернистого песка, немного битого кирпича, для кактусов с большими колючками прибавляется немного гашеной извести.

Как приготовить почву под кактусы? Дерновую землю готовят следующим образом. Дерн нарезают на плодородных, немокрых лугах с глинистой подпочвой. Если он содержит много песка, полезно добавить немного рыхлой промороженной или прокаленной глины. Толщина дернового слоя — 9...14 см. Срезанный дерн складывают в штабеля, добавляют негашеную известь — 3...4 кг на 1 $м^3$ дерна. Весной, летом и осенью кучи перелопачивают не менее 3 раз в год. Через 2—3 года дерновая земля готова.

Лиственная земля готовится так. В лиственных садах или лесах ранней весной сгребают полуперепревшие листья и складывают их в штабеля или кучи. В течение лета их перелопачивают, поливают несколько раз водой и вносят гашеную известь (0,5 кг на 1 $м^3$ перепревших листьев). Через 2—3 года земля вполне пригодна к употреблению.

Парниковая почва получается из лошадиного навоза и верхнего слоя садовой земли.

Торфяную землю заготавливают из так называемого болотного чернозема: сырой торф моховых болот складывают в штабеля. В течение весенне-летнего периода 3—4 раза перелопачивают. Кучи должны лежать на протяжении 3—4 лет, так как в плохо выветренной торфяной земле содержатся вредные для растений кислоты.

Глина старая, выветренная является незаменимой составной частью каждой смеси при разведении кактусов, особенно с толстыми, стержневыми длинными корнями. Ее можно собрать на строительных площадках.

Песок обязателен во всех земляных смесях. Он не

дает растениям никаких питательных веществ, но увеличивает аэрацию почвы. Самым лучшим считается крупнозернистый, речной. Песок с ржавыми пятнами перед употреблением необходимо промыть. В земляные смеси для кактусов его добавляют от 1/5 до 1/3, а если у растения обнаруживаются подгнившие корни, то следует брать половину от всего состава смеси.

Известковую почву в виде глинистого мергеля применяют при выращивании волосистых кактусов, а также кактусов с большими колючками.

Посуда для кактусов. Корни у большинства кактусов развиты слабо. Поэтому им не нужна большая посуда, так как корни не осваивают всю землю, и появляется опасность закисания земли, что может оказаться пагубным для растений.

Новые глиняные горшки перед употреблением на несколько часов замачивают, старые — тщательно моют щеткой и теплой водой, а еще лучше прокипятить их.

Для выращивания кактусов можно применять глиняную, глазурованную, полиэтиленовую, стеклянную посуду.

Полив кактусов. У молодых растений потребность во влаге значительно больше, чем у старых. При теплой погоде полив необходим, как только земля в горшке высохнет. В холодную, дождливую погоду поливать вообще не надо, потому что воздух сам по себе достаточно влажен.

Зимой, если растение держат в холоде, его следует поливать только раз в 2—3 недели, слегка увлажняя землю. При этом нужно стараться, чтобы вода не попадала на растение.

Весной и летом надо следить за тем, чтобы увлажнен был не только верхний слой, но и весь земляной ком. Для этого лучше не поливать растение сверху, а ставить горшок в таз с водой, погружая его в воду на три четверти. Вода быстро впитается через нижнее дренажное отверстие. Из всех растений только грибы обладают большей, чем у кактусов, всасывающей способностью. Когда на поверхности земли появится мокрое пятно, горшок с кактусом вынимают из воды и ставят на место всегда той же стороной к солнцу,

которой он стоял прежде. Полив по этому методу достаточно проводить 1 раз, в самое жаркое время года — 2 раза в неделю. В остальные дни растение необходимо опрыскивать из пульверизатора.

Удобно поливать кактусы из лейки с узким длинным носиком: ствол растения останется сухим, а земля вокруг него будет увлажнена. Кактусы, вынесенные летом в парниковые рамы, после жаркого дня можно поливать лейкой-«дождиком». Такой полив создает нужный кактусам в это время года влажный воздух.

Кактусы не любят известковой воды. От нее они белеют, а некоторые и погибают. При излишке извести в воде на нижней части стеблей кактусов образуются известковые отложения сначала в виде тонкой и хрупкой скорлупки, легко удаляемой даже мягкой акварельной кисточкой. Постепенно эта пленка грубеет и делается частью стебля. При попытке удалить ее сдирается кожица растения, оставляя раны. Особенно вредно применять для опрыскивания кактусов воду, богатую известью,— известь оседает на поверхности стебля в виде мутных белых пятен, которые не только портят вид растения, но и мешают их правильному дыханию. Поэтому крайне важно заботиться о смягчении воды, применяемой для ухода за кактусами. Простейшее для этого средство — предварительное кипячение воды, при котором большая часть извести оседает в виде накипи на стенках кастрюли или чайника.

Наилучшей температурой воды для поливки кактусов считается такая, при которой опущенная в воду рука не чувствует ни холода, ни тепла, то есть 35—40 °С. Вода же для опрыскивания должна быть значительно теплее, просто горячей: ведь при разбрызгивании мелкими капельками ее температура резко понижается.

Пересадка кактусов. Весной кактусы надо пересаживать. Если они начали идти в рост, у них позеленели верхушки, стали раскрываться новые ареолы, значит, для них наступила весна, надо увеличивать полив, готовить земляную смесь, начинать пересадку. Пересаживать живое растущее растение не опасно, оно быстро пойдет в рост, крепко ухватится корешками за землю. «Спящий» кактус лучше не трогать,

а подождать его пробуждения: пересадка может оказаться для него опасной или даже губительной.

После пересадки растение неделю выдерживают в тени, после чего ставят на постоянное место на окне или на балконе и начинают поливать. За 3—5 дней до пересадки кактусы перестают поливать, чтобы земляной ком пересох и земля легко отделилась от корней.

На дно горшка кладут слой мелких черепков, на них насыпают песок и добавляют немного толченого древесного угля. Землю насыпают горкой, на ней раскладывают, осторожно расправляя, корни кактуса. Одной рукой придерживают растение, другой — подсыпают землю. Уминать ее ни в коем случае нельзя, при постукивании горшка о стол земля уплотняется, и кактус садится на место. Сверху насыпают слой песка (1—1,5 см), а под самую корневую шейку растения — немного толченого древесного угля. Это предохранит ствол кактуса от загнивания.

В первый месяц выставленные на воздух кактусы нуждаются в притенении. Их кожица совершенно отвыкла от солнца за пасмурные зимние месяцы, и если растение не защитить, большинство стеблей получит ожоги. При сильных повреждениях кактусы могут погибнуть. Для притенения можно использовать тюль для занавесок, сложенный вдвое или втрое.

Горшки, в которые посажены кактусы, летом притеняют плотной доской или фанеркой, так как перегрев горшка крайне вреден и часто служит причиной гибели корней.

Самое подходящее время для пересадки — конец марта — май. Цветущие или набравшие бутоны кактусы пересаживают после цветения.

Размножение кактусов. Размножаются кактусы семенами и вегетативным путем — боковыми черенками («детками»). Черенок срезают острым ножом и оставляют на несколько дней подсохнуть. Затем на влажную землю в горшок насыпают слой промытого речного песка в 2 см, на него ставят черенки и закрывают стаканом. Углублять черенки нельзя. Для устойчивости высокие черенки временно, до укоренения, привязывают к палочке, воткнутой рядом в землю. Только опунции можно сажать глубже, потому что они дают корни из боковых ареол.

Для успешного укоренения «деток» нужен теплый

влажный воздух (25—28 °С). Увлажнять стоящие на укоренении черенки лучше с поддона, потому что от избытка влаги кактус без корней легко загнивает.

Как только образуются корни и «детки» станут подрастать, их пересаживают в небольшие горшки. После пересадки кактусы ставят в тень и 3 дня не поливают.

Есть кактусы, которые не дают «деток». Они размножаются только семенами. Лучшее время для их посева — ранняя весна. К осени сеянцы должны успеть подрасти, окрепнуть, тогда они лучше перенесут трудную для них первую зиму.

Для проращивания семя устраивают комнатную тепличку с нижним подогревом: у сеянцев всегда должны быть теплые «ноги». Кроме того, им постоянно нужны влажный воздух и свет. Освещение лучше всего солнечное. Если солнечного света на окне недостаточно, над тепличкой, на высоте 30 см от горшков, устанавливают электрическую лампу накаливания или дневного света.

Семена большинства видов кактусов прорастают в течение 10 дней. Семена эпифиллюмов и опунций — через 3—6 недель.

Как только появятся всходы, тепличку необходимо проветривать. Стеклянный колпак приподнимают и ставят на деревянные чурочки. Иногда на некоторое время его можно совсем снять.

Кактусы осенью и зимой. С приближением осени, по мере понижения температуры и увеличения осадков, поливать и опрыскивать кактусы нужно все реже. Надо следить за тем, чтобы на поддонах под горшками не оставалось воды, просочившейся после полива: повышенная влажность корней при низкой температуре для кактусов нежелательна. Поливать в это время кактусы надо утром, чтобы к вечеру почва подсохла. При таком поливе холодные осенние ночи с температурой от + 5 до —3 °С будут не опасны.

В холодное время года кактусы нужно держать в светлом сухом и прохладном месте при температуре +8...+12 °С. Земля в горшке должна содержать такое количество влаги, чтобы не пересыхали мелкие нитевидные корешки. Ни в коем случае не следует стараться пробудить рост побегов путем полива с од-

новременным подогреванием. Рост в этот момент должен быть максимально подавлен, чтобы растение могло образовать цветочные почки. Исключение составляют зигокактусы и рипсалис. Их жизненный ритм не соответствует нашей смене времен года. Они растут и цветут тропическим летом, то есть в то время, когда у нас лежит снег, поэтому требуют зимой светлого места с повышенной влажностью воздуха, которая достигается путем опрыскивания. За полчаса до опрыскивания надо подержать кактусы на свежем воздухе, но не на сквозняке. Особенно важно опрыскивать в целях профилактики от вредителей, которые способны размножаться и поражать растения только при сухом воздухе.

Вредители и заболевания кактусов. Они представляют большую опасность для кактусов.

Распространение вредителей и заболеваний в семействе кактусовых в большинстве случаев вызывается каким-либо недостатком в уходе: изнеженностью растений из-за недостатка свежего воздуха, слишком теплым содержанием зимой, чересчур обильным или недостаточным поливом и опрыскиванием и т. д.

Чаще всего встречается мучнистый червец — насекомое до 3 мм длиной. Выводок имеет вид клочков ваты. Эти вредители высасывают соки из мягкой кожицы растения, обезображивают его и закупоривают поры. Пораженное растение обрабатывают спиртовым раствором (можно денатурированным).

Значительно более опасен красный клещик, который можно обнаружить только с помощью лупы, так как его величина 1—3 мм. Для борьбы с ним применяют 1—2-процентный раствор эфирсульфоната или раствор тиофоса (20 капель на 1 л воды). Нельзя путать красного клещика с красным паучком, который кактусам не вредит, а скорее приносит пользу. Паучки быстро передвигаются, охотясь за клещиками. Там, где живет красный паучок, клещику не бывать.

Обработку растения повторяют 2—3 раза с недельным перерывом. Чтобы растения не получили ожогов, это надо делать вечером.

Труднее бороться с корневой тлей, так как ее довольно трудно обнаружить. Следует вынуть расте-

ния из земли, очистить корни кисточкой и промыть под сильной струей воды. Через неделю осмотреть растение и обработать порошком эфирсульфоната.

Есть еще один проверенный способ борьбы с вредителями кактусов — щетинистым мучнистым червецом, тлей, трипсом. Кактусы обрабатываются этиловым спиртом. Довольно толстой мягкой кисточкой смазывают поверхность растения. Как только спирт испарится (через 3—5 мин), растение сразу же тщательно промывают из пульверизатора теплой (30—35 °С) водой — если этого не сделать, на нем могут быть ожоги. От спирта быстро погибают не только личинки, взрослые насекомые, но и их яйца. Для полной гарантии обработку можно повторить через 7—10 дней.

Чтобы уничтожить обыкновенного паутинного клещика, необходимо провести трехкратное опрыскивание растений, соблюдая между обработками интервал в 7 дней.

Если кактусы растут в хороших условиях, они почти никогда не заболевают, на них редко нападают вредители.

Опасная и наиболее часто встречающаяся болезнь — кактусовая фитофтора, то есть загнивание. Она поражает корневую шейку и захватывает ствол растения. Одна из главных причин появления ее — избыток влаги при низкой температуре. Своевременно обнаружив загнивание, можно спасти хотя бы часть растения — отрезать здоровую верхушку, посыпать место среза толченым древесным углем, подсушить, а затем укоренить, как обычный черенок. Если гниение распространилось по всему стеблю, значит, спасти растение невозможно. Землю заболевшего растения нужно сжечь, а горшок продезинфицировать, выварив его в кальцинированной соде.

Один из самых распространенных вредителей кактусов — мохнатая тля-червец — крохотное насекомое длиной в 2 мм; если его раздавить, выделяется красная жидкость. Уничтожают тлю спиртом.

Болезни непаразитарного происхождения возникают под воздействием неблагоприятных условий внешней среды: недостатка или избытка питания, сырости или сухости воздуха, чрезмерной жары, холода, плохого качества земли в горшках.

От недостатка света часто погибают молодые се-

янцы. Подсемядольное колено их чрезмерно удлиняется, подгнивает, и растеньице погибает. Необходимо заблаговременно переставить горшки на светлое место, а любителей тени разместить на северной стороне комнаты или в глубине ее.

В случае избыточного увлажнения земли надо проверить, не засорен ли дренаж. Всю лишнюю землю удалить, оставив не более 1,5—2 см от поверхности, и перевалить растение в меньший горшок. Мелкозернистую, плотную, с большим содержанием глины почву необходимо поливать очень осторожно, так как обильное увлажнение может привести к закисанию ее, вследствие чего молодые корни загниют, листья на молодых побегах пожелтеют и растение в конце концов погибнет. У некоторых видов пожелтение наблюдается при резком переходе от высокой температуры к низкой.

Владельцы эхинопсисов (ежовых кактусов) нередко радуются большому количеству «деток» на них. Но это бывает в случае, если эхинопсис держат зимой при слишком высокой температуре и часто поливают. Эти кактусы почти никогда не цветут, как и экземпляры, выращенные из таких «деток». Здоровый, хорошо развитый эхинопсис при правильных условиях зимовки (низкая температура и редкий полив) не должен образовывать «деток», тогда он скорее зацветет летом.

Иногда стебли кактусов покрываются толстой пробковидной коркой. Это может быть вызвано злоупотреблением примесью извести при посадке и пересадке кактусов. Известь откладывается при поливе кактусов на корневой шейке и нижней части стебля в виде тонкой скорлупки, способствующей опробковению. Тонкая коричневая пленка может появиться также из-за высокой влажности воздуха и сильного освещения кактусов.

Цветы на балконе

Весной, летом и осенью балкон может стать уютным местом отдыха, если его оборудовать соответствующим образом. Лучшее украшение балкона — конечно же, цветы. Впрочем, зеленые растения нужны на балконе не только для украшения, они —

прекрасная защита от солнца и пыли, отличное средство для улучшения микроклимата жилища.

При выборе растений прежде всего учитывается, на какую сторону выходит балкон. Если вы хотите затенить балкон, то цветы подбирайте главным образом вьющиеся, и наоборот — если у вас не солнечная сторона, то предпочтение надо отдать невысоким, красиво цветущим растениям. Большинство балконных растений может расти на южной стороне, но, например, фуксия и клубневая бегония не выносят яркого солнца, на солнечной стороне они чахнут, цветут плохо или вообще не цветут.

При посадке цветов следует учесть, что их окраска должна сочетаться с цветом здания. К стене из красного кирпича не подходят красные или розовые цветы. В данном случае лучше белые, темно-синие, ярко-желтые. На белых фасадах красивы все цветы. Очень хороши на фоне белых стен пестрые цветочные смеси. Для деревянных стен подойдут все цветы, кроме фиолетовых. Следует отметить, что 3 желтых цветка выглядят так же ярко, как 6 красных и 9 фиолетовых.

Не рекомендуется сажать цветы в ящиках слишком густо, так как при этом они вытягиваются, и им не хватает питательных веществ. Кроме того, лучше ограничиться небольшим количеством видов, тогда легче подобрать подходящие сочетания. Не следует по соседству с фиолетовыми цветами сажать синие. Эффектно сочетание красных, синих, желтых цветов. Белые цветы сажают, чтобы отделить одни яркие растения от других.

Хороши для балкона разнообразные герани (пеларгонии) и фуксии. Они обильно цветут все лето, необычайно красочны, неприхотливы, не боятся ветра, легко размножаются. Весной, в марте — апреле, во время обрезки и пересадки можно нарезать черенки и укоренить их в плошках или ящиках с песком, а в конце мая высадить молодые растения в балконные ящики.

Можно посадить на балконе душистый табак, резеду, душистый горошек (правда, он теплолюбив и хорошо растет только в жаркое лето).

Осенью прекрасным украшением балкона могут служить низкорослые астры. Они не боятся холодов

и цветут дольше других растений. На солнечных балконах рекомендуется выращивать в ящиках: пеларгонию зональную и плющелистную, сальвию блестящую, флокс, гвоздику китайскую, годецию, кореопсис, вербену, петунию, портулак, тагетес, целозию, циннию, гелиотроп.

В горшках можно посадить агаву, лавр, алоэ, тунбергию, эхеверию, лантану, кампанулу среднюю. Для солнечного балкона из вьющихся растений подойдут кобея вьющаяся, хмель пестролистный, тыква фигурная.

На светлых балконах, где солнце светит не целый день, в ящиках высаживают петунию, вербену, настурцию, циннию, календулу, землянику индийскую, левкой, маргаритку, немезию. В горшках сажают драцену, хлорофитум, ирезине, кальцеолярию, колеус, лакфиоль. Из вьющихся растений здесь подойдут душистый горошек, турецкие бобы, настурция канарская, адлумия, лобия (долихос), вьющиеся сорта помидоров.

На тенистых балконах в ящиках хорошо себя чувствуют фуксия, барвинок, бархатцы, клубневая бегония, табак, будра плющевидная, незабудка, в горшках — олеандр, мир, традесканция, иглица, криптомерия, кипарисовик, циссус, сансевиерия. Из вьющихся неплохо посадить ампелопсис, плющ.

На балконах, подверженных действию сильных ветров, можно посадить в ящиках агератум, бегонию семперфлоренс, вербену, антирринум, лобелию, пеларгонию зональную. В горшках высаживают лавр, иглицу, сансевиерию, из вьющихся — плющ.

Если на балконе высаживать цветы, которые цветут в разное время, тогда он будет красиво выглядеть с ранней весны до глубокой осени.

Для посадки на балконе отбирают сорта цветов с наиболее яркой, сочной окраской: красной, оранжевой, голубой, белой. Такие цветы хорошо видны с дальнего расстояния.

Важно подобрать сорта цветов разных. У наружной стенки ящика сажают настурцию, особенно если балкон расположен на южной стороне дома. Настурция свешивает свои стебли через край ящика, защищая его от солнечного перегрева. Между настурцией хорошо посадить низкорослые астры, карликовые левкои. Приятный аромат дадут 1—2 ветки резеды

или маттиолы. Во втором ряду сажают петунию, поздние левкои, львиный зев, вербену или высокорослые астры: страусово перо, викторию, комету, пионовидные или розовидные. Для аромата можно посадить душистый белый табак или душистый горошек.

Надо избегать излишней пестроты, большого разнообразия видов. Не рекомендуется в одном ящике высаживать различные по сортам и видам растения. Лучше подбирать цветы одной окраски. Например: желтые настурции, календулы, бархатцы, львиный зев; красные сальвии, настурции, вербены; синие незабудки, агератум, лобелии.

Если на балконе два-три ящика укреплены на разной высоте, то в них хорошо высадить цветы контрастных окрасок. Можно использовать и один вид растения, но разной окраски, например высадить петунию — белую, голубую, розовую.

Для верхних этажей выбор балконных цветов весьма ограничен, и речь может идти только о низкорослых растениях таких, как агератум, гацания, бегония вечноцветущая, бархатцы (тагетес), маргаритки. Объясняется это тем, что наверху сильнее ветер, почти всегда сквозняки.

В озеленении балконов особое место занимают лианы. Многолетние древесные лианы выращивать на балконах нельзя, потому что они плохо переносят зиму. Здесь уместны однолетние травянистые лианы: ипомея, душистый горошек, турецкие бобы.

Для вьющихся растений нужно установить специальные опоры, на которые натянуть веревочный шнур или леску. За металлические и деревянные опоры такие растения не цепляются. При необходимости побеги надо подвязать. Опорные приспособления должны быть устойчивы, их необходимо хорошо прикрепить к перилам балкона и заглубить в цветочные ящики.

Балконные цветы сажают в деревянные и пластмассовые ящики, керамические горшки, чаши, вазы, деревянные кадки. Украшают балкон висящие в специальных корзинках и керамических кашпо ампельные растения. Хорошо смотрятся пристенные вазочки на специальных металлических кронштейнах. Если балкон широкий, то ящики можно установить на полу с внутренней стороны — это безопасно. Удобно

ухаживать за цветами в ящиках, установленных на перилах балконов, но в таких случаях их следует надежно закрепить с полной гарантией безопасности. В кадках, если позволяет место, можно соорудить небольшой водоем с водяными растениями. Красить ящики лучше в тон стен, чтобы не выделялись, главное — это цветы и зелень. Самые удобные цвета – белый, различные оттенки коричневого, зеленого.

Очень важно для балконных растений подготовить здоровую, богатую питательными веществами почву. Она должна быть рыхлой, влагоемкой и воздухопроницаемой. Рекомендуется составлять смесь из перегноя и дерновой земли с примесью торфа и речного песка. Можно взять 2 части компостной земли, 2 — торфа, 1 — перепревшего навоза и 1 часть песка. Подойдет смесь из равных частей дерновой, листовой земли, органических удобрений, торфа и песка. Листовую землю надо брать из-под липы, клена, лещины; земля под дубом, ивой не годится, так как их листья содержат вредно действующие дубильные вещества. Перед посадкой в почвенную смесь хорошо внести минеральные удобрения (1,5—2 г на 1 кг почвы).

Землю в ящиках можно не менять ежегодно, а, убрав осенью все растения, разрыхлить ее и оставить так на зиму. Весной в землю добавляют немного свежего торфа и навоза.

Для получения рассады семена высевают в марте в ящики или плошки и держат на свету. Можно выращивать рассаду в торфоперегнойных горшочках, бумажных стаканчиках, бумажных пакетах из-под молока и даже в яичных скорлупках.

Мелкие семена при посеве не надо заделывать в землю, а лишь прижать к поверхности дощечкой или опрыснуть из пульверизатора. Более крупные заделывают на глубину, вдвое или втрое превышающую поперечник семени.

Обычно цветы на балконе высаживают после того, как прекратятся утренние заморозки. Но можно и в апреле — мае иметь цветущие многолетники, которые не боятся заморозков. Это адонис, генциана, геллеборус, примула, фиалка душистая; двухлетники — анютины глазки и маргаритки. Долго цветут

высаженные ранней весной луковичные растения — гиацинты, нарциссы, сцилла, тюльпаны, шафраны. Но их нужно готовить зимой, держать в горшках в подвалах, а высаживать ранней весной, не разрушая земляного кома.

Молодую, только что высаженную рассаду на ночь прикрывают газетой или марлей, чтобы она не подмерзла. А если это все же случилось, ее иногда можно спасти, опрыснув холодной водой. Только оттаивать рассаду следует не сразу, а постепенно.

Так как балконные ящики невелики по размеру и земли в них немного, то запас питательных веществ быстро истощается. Поэтому необходимо регулярно подкармливать растения минеральными цветочными смесями. Их вносят в почву вместе с водой (2—3 г смеси на 1 л воды) каждые 7—10 дней. Злоупотреблять подкормками нельзя, так как разрастается только буйная зелень, а цветов совсем не будет.

Большое значение имеет правильный полив, хотя никаких особых правил на этот счет не существует. Надо поливать всегда, когда растение в этом нуждается, когда начинает пересыхать почва. Но избыток влаги тоже вреден: корни постоянно мокнут и загнивают. Лучше всего поливать в прохладные вечерние и утренние часы. В сухие дни полезно опрыскивать растения полностью. После полива поверхность земли нужно осторожно порыхлить, чтобы улучшить доступ воздуха к корням. Одновременно рыхлением удаляйте сорняки.

Не стоит поливать цветы холодной водой прямо из-под крана, предварительно воду надо подогреть.

Многие комнатные растения на лето выставляют на балконы. А такие цветы, как гелиотроп, фуксию, кустарниковую кальцеолярию, лантану и зональные пеларгонии, только поздней осенью переносят в помещение.

Помидоры на балконе

На балконе с успехом можно выращивать не только цветы, но и овощи, например помидоры.

Рассаду помидоров высаживают в небольшой ящик высотой 40 см.

Ящик наполняют свежей, богатой органическими веществами почвой. Можно взять 3 части земли, 1 — песка или опилок и 1 часть органического удобрения, желательно навоза. Дно ящика покрывают слоем опилок и соломы для лучшего удерживания влаги. Сверху насыпают земляную смесь, затем опилки, которые перемешивают с предыдущим слоем, опять слой соломы, затем земляную смесь и т. д. В самый верхний слой смеси рекомендуется добавить торфоаммиачное удобрение и несколько столовых ложек золы.

Уход за помидорами несложен. Поливают их дважды в день (утром и вечером) отстойной водой, окучивают стебли и удаляют сорняки. Подкармливать помидоры начинают на 20-й день после высадки рассады: техническую мочевину разводят из расчета $^1/_2$ чайной ложки на 2 л воды; минеральные удобрения («А» и «Б» и калийная селитра) вносят по 15 г на куст. Таких подкормок делают две-три за лето.

Уголок пряных растений на балконе

Пряные растения хотя и используются в небольших количествах, но нужны бывают ежедневно. Они не только вкусны, но и полезны для здоровья.

Для выращивания на балконе больше подходят базилик, чабер, кресс-салат, майоран, петрушка, лук-резанец, огуречная трава, мелисса лимонная, розмарин, анис, лаванда, тимьян.

Семена их высевают в питательную, слегка влажную почву как можно раньше, расстояние между рядами — 10...12 см. Сеют густо, чтобы использовать и те растения, которые будут удаляться при прореживании. Кресс-салат, огуречная трава растут очень быстро, их надо высевать небольшими порциями каждые 2 недели.

Медленно растущие и морозонеустойчивые виды: базилик, майоран, лаванду, розмарин, тимьян — высаживают рассадой после того, как пройдут весенние заморозки.

Вредители и болезни растений

Весной среди сильных зеленых побегов нередко бросаются в глаза чахлые растения с красноватыми листьями, слабыми поникшими бутонами, покрытыми серым пушком. Это опасная болезнь — серая гниль (ботритис). Особенно сильно поражает она цветы в дождливое лето. Можно уберечь растения от серой гнили, если подкармливать их фосфорно-калийным удобрением, чаще проводить рыхление почвы, не переувлажнять ее. Когда растения достигнут высоты 10 см, нужно сбрызнуть их суспензией ТМТД (200 г на 10 л воды) или медно-мыльным раствором. А луковицы гладиолусов перед посадкой лучше протравить марганцовокислым калием (5 г на 1 л воды) в течение 30 мин или формалином (3 г на 1 л воды) в течение 15 мин, можно обработать и гранозаном (2 г на 1 л воды) в течение 30 мин или препаратом ТМТД (2 г на 1 л воды) в течение 15 мин.

Другая распространенная болезнь рассады и черенков — черная ножка. При этом заболевании растение плохо развивается, листья на нем мелкие, морщинистые, бутоны опадают, не раскрываясь. Возбудитель болезни — почвенный гриб, который может несколько лет сохраняться в верхнем слое почвы. Чтобы предупредить появление черной ножки, необходимо перед посевом дезинфицировать почву порошком ТМТД на глубину 5 см (50 г на 1 $м^2$ почвы). Рекомендуется также выращивать рассаду в торфоперегнойных горшочках, протравливать семена гранозаном (3—4 г на 1 кг семян), подсыпать песок молодым растениям слоем до 2 см, что усиливает образование дополнительных корней и снижает зараженность почвы. Зараженные растения надо сразу же уничтожить, а почву полить 1-процентным раствором марганцовокислого калия (6—7 л на 1 $м^2$).

Семена астр перед высевом следует обезвредить — протравить их в течение 5 мин марганцовокислым калием (1 г на 1 л воды) или гранозаном (2 г на 1 л воды). Можно и опылить семена гранозаном (1 г на 250 г семян) или порошком ТМТД (2 г на 100 г семян, встряхивая в течение 5 мин).

За 15—20 дней до высадки в грунт рассады астр, левкоев, львиного зева, посадки гладиолусов и геор-

гинов почву протравливают формалином (на 1 $м^2$ требуется стакан формалина, разведенный в 10 л воды). После протравливания землю перекапывают.

Большой вред цветам наносят трипсы, мелкие насекомые удлиненной формы. Особенно часто они поражают гладиолусы. Трипс — стойкий вредитель, он не погибает и зимой, поражает клубнелуковицы в хранилищах. Поэтому при высадке в грунт зараженные клубни обязательно опыляют гексахлораном (ГХЦГ). А в открытом грунте растение опрыскивают теофосом (10 г на 10 л воды). Против трипсов хорошо действует «Цветофос».

Много забот приносят цветоводам гладиолусы. Их болезни вызываются различными микроскопическими грибками, бактериями, вирусами. Эти капризные цветы чувствительны к засухе, излишней влаге.

Гладиолусы любят легкую дренированную почву. Осенью в нее лучше вносить перегной, а не навоз. Весной же следует положить фосфорно-калийные удобрения. Это спасет растения от заболевания.

Розы ранней весной следует опрыснуть 1-процентным динитроортокрезолом, или 6-процентным карболинеумом, или, наконец, 2-процентным нитрофеном, чтобы уничтожить перезимовавших возбудителей болезней и вредителей роз.

Весной, после снятия зимнего укрытия с роз, на их стеблях можно увидеть красно-бурые пятна, темнеющие в середине. Они быстро разрастаются и охватывают стебель кольцом. Это инфекционный ожог, который вызывает гриб кониатириум. Чаще всего он появляется, если долго не снимать укрытие. Чтобы болезнь не распространялась, пораженные стебли роз нужно немедленно срезать и сжечь. Вокруг куста необходимо собрать все растительные остатки, почву перекопать с оборотом пласта. Кусты следует опрыснуть 0,5—1-процентным ДНОК, или нитрофеном, или же 3-процентным железным купоросом, или 2-процентной бордоской жидкостью.

Опасным заболеванием роз является ржавчина. Стебли, пораженные ею, нужно обязательно вырезать и сжигать, почву вокруг кустов несколько раз перека-

пывать летом, а растение опрыскивать ядохимикатами (теми же, что рекомендованы для борьбы с мучнистой росой). Хорошие результаты дает обработка чесноком (пораженные места натирают дольками чеснока). Нельзя держать поблизости с розой кусты шиповника: они разносчики инфекции.

Среди лета на некоторых цветах появляется белый мучнистый налет. Листья свертываются, подсыхают, преждевременно отмирают побеги, а часто гибнет и все растение. Это заболевание называется мучнистой росой. С появлением первых признаков заболевания нужно систематически, 1—2 раза в месяц, обрабатывать растения одним из следующих препаратов: 1-процентной коллоидной серой (100 г серы на 10 л воды), бордоской жидкостью, медно-мыльным раствором (200 г мыла и 20 г медного купороса на 10 л воды) или содой с мылом (40 г кальцинированной соды и 40 г мыла на 10 л воды), опыливать серным цветом.

Часто перед самым цветением гибнут астры. Уже набрали бутоны, вот-вот должны распуститься и вдруг, не раскрывшись, начинают увядать. На корнях и шейке появляются темные пятна. Цветоводы называют это фузариозным увяданием. Чтобы уберечь от него цветы, выполняйте следующие рекомендации: не сажайте одни и те же растения на одном и том же месте несколько лет подряд; не оставляйте сильно загущенные посадки; семена собирайте только со здоровых растений; все растительные остатки сжигайте осенью, так как на них сохраняется инфекция. За 15—20 дней до посадки почву следует продезинфицировать формалином (250 $см^3$ на 10 л воды — на 1 $м^2$), а после протравливания перекопать.

Преждевременному увяданию способствует также повышенная кислотность почв, поэтому недели за две до посадки в кислые почвы нужно вносить известь (50 г на 1 $м^2$).

Иногда среди яркоокрашенных одноцветных тюльпанов появляются пестрые цветки. Многие ошибочно принимают их за пестролистный сорт. На самом деле это вирусное заболевание, которым

страдают также пионы, флоксы, георгины и т. д. При этом растения обычно не зацветают, а если и дают цветки, то деформированные, слабоокрашенные, с мелкими пятнистыми листьями. Переносчиками вирусных заболеваний являются главным образом насекомые: тля, трипсы, муравьи.

Самый распространенный вредитель — тля — мелкое сосущее насекомое, окрашенное в зеленый, серый, коричневый, красный тона. У растений, из которых тля высосала соки, наблюдаются скручивание листьев, искривление побегов и т. д. Особенно сильно размножается она в жаркое, сухое лето, дав за сезон до 15 поколений.

Как только появится тля, растение нужно опрыскивать никотин-сульфатом или анабазин-сульфатом с мылом (25 г яда и 40 г мыла на 10 л воды), тиофосом (10 г на 10 л воды). Опрыскивание проводят 3 раза с интервалом в 7—10 дней.

Для отпугивания тли на подоконнике среди растений ставят душистую герань, обладающую фитонцидными свойствами. В балконные ящики между декоративными растениями сажают томаты, лучше всего бразильские, сорт Дю Барр. Листья растений не реже раза в неделю обмывают холодной водой. Хороший эффект дает также опыливание зараженных листьев порошком махорки.

Защищая от тли, растения систематически обмывают мыльной водой (4 г мыла на 1 л воды). Мыло лучше применять зеленое или хозяйственное хорошего качества.

Против щитовой тли, которая часто поражает листья фикусов, филодендрона, пальмы и других декоративных растений, эффективное действие оказывает чеснок. Головку чеснока надо истолочь в деревянной ступке, залить на сутки водой, процеженным раствором обрызгать растение, предварительно удалив тлю с листьев мягкой тряпочкой. Для этой цели можно также использовать и табачный отвар, который приготавливают следующим образом: 40 г табака из сигарет варят в 1 л воды в течение часа. Затем отвар процеживают и соединяют с 5 г мыла, предварительно разведенного в 10 г воды. Полученным раствором опрыскивают все растение или же протирают мягкой тряпочкой.

Иногда на листьях роз, особенно на нижней стороне, появляются мелкие паучки — паутинные клещики. В этом случае растение необходимо опрыскать тиофосом (1 г на 1 л воды) или луковым настоем (1 чайная ложка натертого лука на стакан воды; настаивают сутки, затем процеживают через марлю). Опрыскивают 3—4 раза через 7—10 дней.

Хорошим средством против вредителей комнатных растений — клещей, тлей-белокрылок — является обычная древесная зола. Ею тщательно обсыпают все листья и побеги. Для большей эффективности применяют мыльно-зольную суспензию: 3—4 горсти золы хорошенько размешивают в ведре теплой воды, добавляют туда 2—3 столовые ложки стирального порошка или немного хозяйственного мыла. Взболтанной суспензией растения опрыскивают со всех сторон из пульверизатора.

Для уничтожения тлей, цикадок, червецов, щитовок растения можно обработать аэрозолем «Цветофос» (2 г на 1 л холодной воды), спрыснуть водным раствором карбофоса (2 г на 1 л холодной воды). Против щитовки, яиц тли, медяницы применяют жидкость КЗМ (концентрат зеленого мыла) или пасту КЗ (мыло жидкое калийное).

Если в цветочном горшке завелись черви, нужно положить туда гнилое яблоко, и все черви быстро переползут в него.

Опасный вредитель комнатных растений — галловая нематода. Это микроскопические черви в почве. У пораженных ею растений на корнях появляются вздутия, похожие на мелкие бусинки, листья тускнеют, теряют упругость. Растение начинает голодать и постепенно погибает.

Чаще всего нематода появляется на старых растениях, у которых несколько лет не менялась земля. Для борьбы с нею в горшки растений высевают тагетес или сажают его укоренившийся черенок. Можно делать и так: посеять семена тагетеса в отдельный горшок, а когда сеянцы отрастут на 15 см, срезать побеги и укоренить их в воде. Корни они дают очень быстро. Чтобы тагетес не угнетал комнатные растения, его нужно прищипывать, подрезать, не давать разрастаться.

На балконе в ящики между растениями также

высаживают тагетес или ноготки. Присутствие этих растений угнетает галловую нематоду и способствует некоторому оздоровлению почвы.

О букете

Срезать цветы надо ранним утром, когда на них еще лежит роса, или вечером, днем же — только при пасмурной погоде.

Очень важна для сохранения жизни цветов в вазе стадия срезки — в бутонах, полуроспуске или при полном роспуске. Некоторые цветы не раскрываются, поэтому их срезают полностью распустившимися, например георгины, цикламены. Наполовину и полностью распустившимися срезают розы (как только развернется первый лепесток), красные лилии, сирень, незабудки, душистый горошек, хризантемы, астры летние, васильки, флоксы, орхидеи, пеларгонии, гортензии, азалии и некоторые другие. Каллы, маргаритки, бегонии, колокольчики, люпины, фиалки, настурции срезают в полуроспуске, а в стадии $^3/_4$ роспуска — гвоздику, герберу, дельфиниум, мальвы, резеду, левкой. Мак срезают незадолго до раскрытия бутонов, пионы — в стадии начала распускания окрасившихся бутонов, ирисы, гладиолусы — когда раскроются 1—2 нижних цветка, тюльпаны — в начале распускания, некоторые сорта роз — в момент отделения концов чашелистиков от бутонов.

Георгины срезают не раньше, чем цветок распустится почти полностью. Полые стебли после срезки наполняют водой и закрывают ватными фитильками — для дополнительного питания. Воду в вазе подкисляют уксусом (1 столовая ложка на 1 л воды). Вместо уксуса можно положить в воду аспирин (1 таблетка на 1 л воды).

Гладиолусы срезают после раскрытия 1—2 бутонов. Ту часть стебля, которая будет под водой, процарапывают острой иглой. Верхнии бутон можно отщипнуть: это задержит раскрытие нижних бутонов, а значит, цветы простоят дольше.

Лилии срезают в фазе окрашенных бутонов и после роспуска первого цветка. Опускают концы стеблей в горячую (60 °С) воду на 2 мин. Лилии дольше стоят, если удалить тычинки.

Гвоздики (ремонтантные и Шабо) обламывают в полуроспуске или в первый день цветения. В воду для них добавляют борную кислоту (0,1 г на 1 л воды). Лучше всего стоят гвоздики в воде комнатной температуры. Воду не следует часто менять.

Перед тем как ставить в вазу, острым ножом наискосок подрежьте конец стебля цветка под водой. Удалите все привядшие и лишние листья — с ними испаряется много влаги, а также те листья, которые попадут в воду,— чтобы они не загнили. У растений с твердым древесным стеблем перед погружением в воду раздробите концы стеблей на 3—5 см (потом, составляя букет, отрежете раздробленные концы под водой на нужную длину). Конец толстой ветки, подрезав, можно еще и расщепить на 4 части, легко процарапать острой иглой.

У растений, выделяющих млечный сок, и у хризантем, гербер, маков, поповника сразу после подрезки под водой желательно опалить срез на пламени спички или свечи. Можно просто опустить концы стеблей в кипяток на 30—60 с в зависимости от толщины стебля. Делать это нужно осторожно, чтобы пар не попал на листья и цветы. Их следует обернуть бумагой и отклонить в сторону от поверхности воды. После обработки цветы сразу же ставят в вазу с водой.

Каллы перед тем, как поставить в вазу, необходимо обрезать под водой и, вынув, втереть в срез сухую соль.

Розы обязательно подрезают под водой, удаляют лишние листья и шипы и ставят в хорошо отстоянную (не менее 45 мин) воду с добавлением аспирина. Японские мастера икебаны рекомендуют опалить срез розы на огне.

Герберы, имеющие волосистый стебель, нельзя ставить глубоко в воду, более чем на $^1/_3$ стебля. Воду для гербер подсаливают (1 чайная ложка соли на 1 л воды). Эти цветы особенно болезненно реагируют на сквозняки.

У сирени и хризантем стебли не подрезают, а обламывают и делают надрез в нескольких местах той части стебля, которая погружена в воду.

Для некоторых видов (водяные лилии, восточные маки) можно применять расплавленный парафин или стеарин, который капают внутрь цветка, и он

удерживает лепестки в одном положении. У маков рекомендуется также после срезки опалить кончик стебля на огне или проткнуть его раскаленной проволокой.

Ноготки, львиный зев полезно после срезки сразу же ставить в горячую воду на 5—10 мин.

Анютины глазки, незабудки, маргаритки хорошо втыкать стебельками в чашки с сырым песком.

Фиалки целиком погружают в воду. Спустя некоторое время их встряхивают и ставят в вазу.

Вода для цветов должна быть чистая, желательно дождевая, снеговая или кипяченая, охлажденная до 20 °С.

Не ставьте цветы сразу в хлорированную воду из-под крана, дайте ей отстояться.

Жесткая вода содержит большое количество кальция и плохо поступает в проводящие сосуды растений. Смягчить ее можно несколькими каплями лимонной кислоты или уксуса.

В зависимости от времени года температура воды для срезанных цветов должна быть различной. Зимой лучше теплая вода (12—18 °С), летом — более холодная (5—8 °С). Для этого ее приходится чаще менять.

Уровень воды на сохранность цветов влияет мало. Только герберы и душистый горошек не рекомендуется погружать в воду глубже чем на 5 см.

Почти все цветы требуют ежедневной смены воды. Исключение составляют нарциссы, гиацинты, амариллисы, выделяющие слизистый клеточный сок, а также герберы, ландыши, которые любят теплую воду.

Астры и георгины любят, чтобы им меняли воду вечером. Почти всем цветам, кроме гвоздики, полезно опрыскивание водой, это им заменяет росу. Особенно обильно обрызгивают фиалки.

Купленные цветы обязательно освежают дома, поставив глубоко (по головки) в слегка теплую отстоянную воду. Прямо в воде обрезают стебли на 1—2 см. В воду хорошо положить несколько древесных угольков. Мимозу можно опустить даже в горячую воду, но при этом соцветие опрыскивают холодной водой.

Глубокой осенью или зимой, принесенные в дом цветы, нельзя сразу же разворачивать. Цветы чувствительны к резкой перемене температуры, нужно дать им сначала согреться. Если цветы не очень свежие, опустите их на несколько часов в таз с водой так, чтобы стебли погрузились глубоко, а цветки остались бы на поверхности, и поставьте в темное прохладное место.

Цветы, перевязанные бечевкой, нельзя ставить в вазу — это вредно для них.

Чтобы бутоны раскрылись быстрее, добавьте в воду камфарный спирт (не больше $^1/_2$ чайной ложки на 1 л воды) или немного нашатыря.

Наиболее распространенное и эффективное средство для сохранения срезанных цветов (роз, гвоздик, тюльпанов, флоксов, пионов, гладиолусов) — это смесь такого состава: 2 столовые ложки сахара (40—50 г), растворенные в кипяченой и охлажденной до 20 °С воде (1 л), и 150—200 мг борной кислоты (можно взять на кончике ножа). Таблетка аспирина на 10 л воды хорошо действует на георгины, розы, хризантемы. Питательный раствор можно приготовить также с небольшим количеством соли (ее часто просто втирают в свежий срез камелий, каллов). Воду с добавлением этих веществ следует менять через 2 дня.

Помните, что есть цветы, плохо переносящие сахар. Это ландыши, цикламены, амариллисы.

Смолистые ветки очень долго стоят в воде, стебли их не портятся. Поэтому в вазу с цветами хорошо добавить несколько небольших веток туи, их смолистые вещества будут дезинфицировать воду.

«Жизнь» мимозы можно продлить, если положить ее в теплую (25—30 °С) кипяченую воду и добавить несколько капель уксусной эссенции. Затем нужно обновить срез, раздробить конец стебля молотком и поставить ветки в воду. После такой обработки мимоза сохраняет декоративность в течение 5—6 дней.

Чтобы дольше стоял букет сирени, надо добавить на 1 л воды 1—2 г лимонной кислоты или смесь состава: 6 г сахарозы или глюкозы, 100 мг азотнокислого кальция, 30 мг азотнокислого серебра.

Задерживают увядание цветов также с помощью специальных препаратов — «Флора», «Бутон» и «Нора» (для роз и гвоздик), «Витант» (для гвоздик).

Если цветы немного подвяли (но не оттого, что отцвели, а просто «устали»), снова подрежьте стебли под водой, обрызгайте чашечки цветов и листья, заверните головки в хорошо увлаженную бумагу, поставьте глубоко в слегка теплую воду. Можно также, подрезав в воде стебли, положить цветы на ночь в ванну, наполненную водой. Утром букет оживет.

Розы рекомендуется вынимать на ночь из вазы и ставить глубоко в воду. Утром, перед тем как вернуть их на место, следует вновь подрезать концы стеблей под водой.

Розы и гвоздики, начавшие увядать, нужно погрузить до самых соцветий в теплую воду (33—45 °С) и оставить там, пока вода не остынет. Затем перенести в вазу с водой комнатной температуры.

Увядающие тюльпаны можно освежить, поставив под электрическую лампочку.

На ночь срезанные цветы рекомендуется убирать в холодное место, можно даже в холодильник, предварительно вынув их из вазы и обернув бумагой. Утром цветы снова ставят в вазу.

С помощью холодильника цветы можно хранить целую неделю. Особенно хорошо сохраняются пионы, гвоздики и розы. Розы кладут на хранение едва распустившимися, так как более раскрытые долго храниться не могут; пионы — в крупных окрашенных бутонах, гвоздики — в распустившемся состоянии. Перед тем как положить цветы в холодильник, надо подрезать наискосок стебли (обязательно бритвой) и поставить на 2 ч в воду комнатной температуры. Затем завернуть букет в газетную бумагу — она хорошо пропускает воздух и удерживает влагу — и положить на нижнюю полку холодильника. Через несколько дней развернуть букет. Если цветы слегка увяли, необходимо подрезать стебли на 1—2 см, подержать в воде часа два, дав им необходимое питание, и снова положить на прежнее место. Так можно дольше сохранить цветы, купленные заранее к торжеству.

Необходимо знать, что на долговечность цветов в вазе могут оказывать определенное влияние находящиеся поблизости плоды, а также сочетание цветов в самом букете. Так, гвоздики и львиный зев быстро увядают в соседстве со спелыми яблоками. Резеда, смешанная с другими цветами, ускоряет их увядание. Ландыш сокращает долговечность фиалки, тюльпана. Гвоздики и лилии рядом с другими цветами сохраняются менее продолжительное время, чем в отдельном букете.

Чайные розы быстро погибают в соседстве с темно-красными.

Не «уживаются» душистый горошек и розы, васильки и маки. Несовместимы с другими цветами нарциссы, желтая примула.

Тюльпаны, помещенные в одну вазу с нарциссами, быстро погибнут. Но если нарциссы поставить на сутки отдельно, то затем можно соединить их в один букет с тюльпанами, предварительно сменив воду.

Нельзя помещать в одну вазу ландыши с сиренью или нарциссами, мак с орхидеями.

Лилии ускоряют увядание маргариток, маков и васильков. Неуживчивы с другими цветами и орхидеи.

Продукты обмена, выделенные в воду срезанными розами, токсичны для других цветов, ускоряют их увядание.

Существуют и благоприятные сочетания цветов. Например, несколько веточек жасмина увеличивают долговечность ландыша и усиливают его аромат; хорошо уживаются вместе ландыш и незабудка; веточка кипариса, поставленная с тюльпанами, продлит им жизнь.

Благотворно влияют друг на друга тюльпаны и туя, настурция и туя. Если поместить вместе цикламены и кальцеолярии, окраска цветов станет ярче и сохранятся они дольше. Поддерживают друг друга розы и лилии. Аромат розы становится особенно сильным от соседства с обыкновенным луком.

Нельзя ставить розы и гвоздики на радиоприемник или телевизор. Они чувствительны даже к таким незначительным вибрациям, как звуковые волны, и быстро увядают.

Вазы для цветов

Красивы вазы керамические и хрустальные — кому что нравится. Но предпочтительнее все же керамические: они не пропускают свет и в них сохраняется более равномерная температура, чем в хрустальных вазах, а это очень важно для цветов.

Флоксы, георгины, гладиолусы, хризантемы, а также ветви с плодами, достаточно крупными или имеющими много цветков и яркую окраску, лучше ставить в большие глиняные горшки или керамические вазы. А вот красоту таких нежных цветов, как душистый горошек или цикламен, подчеркивают вазы из шлифованного стекла или фарфора.

Скромные, нетребовательные полевые и садовые цветы хороши в простых неглазурованных глиняных сосудах или в корзинках, плетенках из соломы.

Низкорослые растения и цветы с коротким стеблем (фиалки, подснежники, примулы) помещают в невысокие плоские вазы.

Для орхидей, гвоздик подойдут металлические сосуды ручной чеканки.

Цветы с жестким стеблем или высокие и стройные не производят впечатления в высоком сосуде с узким горлом.

В стройной высокой вазе некрасиво смотрятся букеты округлой, расплывчатой формы — композиции следует придать такую же вытянутую форму, как у вазы. Для этого нужны цветы с прямыми стеблями (гладиолусы, хризантемы). Края букета, даже из гибких растений, не должны сильно отклоняться в стороны.

Для маленьких ваз букетик составляют вне сосуда, в руке, как при сборе цветов, и уже готовый помещают в вазу.

Оранжевые ноготки хороши в черных чашах, а гайлардия и рудбекия — в глиняных горшочках и вазах из латуни.

В металлические вазы можно поставить причудливые коряги и крупноцветные хризантемы, георгины, астры.

Композиции из засушенных растений

Осенью и зимой декоративно смотрятся засушенные ветки в керамических или деревянных вазах. Можно просто поставить одну сухую ветку лиственницы с шишками. С ветками серого цвета гармонирует изящная темная деревянная ваза. В высокой напольной вазе хорошо выглядят ветки с ягодами рябины, боярышника, барбариса.

Красив букет из двух сосновых веток, большой, уходящей вверх, и маленькой — внизу. К ним хорошо добавить две хризантемы. Можно взять также несколько цветов орешника, две ветки сосны и добавить к ним листья сансевиерии или хлорофитума. Словом, вариантов много. Нужны лишь желание да немного выдумки.

Для зимнего букета надо выбирать такие растения, цветы которых при высушивании не теряют своей формы и окраски. Потемневшие листья нужно аккуратно срезать. Поникшие головки цветов не выбрасывайте. При составлении букета их можно укрепить проволочкой.

Сухие букеты лучше смотрятся в широких, больших вазах. На дно можно положить пористую губку, речные камешки или еловые шишки, чтобы стебли засушенных растений лучше держались. Не составляйте больших букетов, каждый цветок должен быть на виду.

Очень важно соблюдать сроки сбора растений. Так, ромашку следует засушивать в 1—3-й день цветения, васильки — в 1—2-й, мак и шиповник — в первое утро цветения, а цветок льна — полураспущенным. Рогоз срезают в июле, когда он еще не созрел. Колосья ячменя для зимнего хранения лучше срезать в конце лета, тогда он сохранит естественную окраску.

После сбора растение подвешивают вниз стрелкой в прохладном месте, пока не высохнет стебель. Так готовят для зимних букетов все растения, кроме злаковых. Злаковые просто ставят в прохладном месте в посуду без воды. Высыхая, они принимают поникшую, но красивую форму.

Очень красивы ягодные кустарники: облепиха, шиповник, барбарис, снежноягодник, сибирская яблонька. Ветки с ягодами нужно снимать в тот момент,

когда плоды особенно интенсивно окрашены.

Красив букет из болотных трав — рогоза, пушницы, тростника. Из рогоза с его коричневыми шишками можно составить самостоятельный букет или присоединить его к другим травам.

Из садовых растений для зимнего букета используют физалис с его оражневыми фонариками (при составлении букета надо удалить подсохшие листья), люнарию, которая приобретает декоративность после снятия стручка, многолетнюю гипсофилу.

Хороши для зимних букетов все виды сухоцветов, колючников, семейные коробочки пионов, мака, ясеницы, синеголовники, декоративный садовый ячмень.

Зимний букет из одуванчиков делают так. Собирают одуванчики, когда они уже отцвели и появилась чуть-чуть белая головка. В стебелек каждого цветка (он полый) аккуратно вдевают проволоку до головки и подвешивают. Когда цветы выбросят семянки с пушинками, их надо сбрызнуть лаком для волос. Букет готов. Он простоит всю зиму красивый и воздушный.

На светлом фоне обоев и мебели оригинально выглядят сухие ветки лиственницы, ольхи, липы, дуба, помещенные в большие напольные вазы.

Консервацию веток проводят ранней осенью. С них удаляют все засохшие, сломанные побеги (они должны быть достаточно длинными), острым ножом или секатором подрезают под водой концы и расщепляют их на 4—6 см. Затем ветки устанавливают в сосуд с тщательно перемешанной смесью из $^1/_3$ глицерина и $^2/_3$ воды, погружая концы их на глубину 6—8 см.

Консервация лучше удается в прохладном месте. Примерно за 3 недели листья постепенно изменяют свою окраску, становятся темно-зелеными, темно-бордовыми или коричневыми, но сохраняют эластичность. Если помещение теплое, раствор нужно сменить 2 раза. При этом также обновляют под водой срезы (удаляют весь отрезок, который находится в смеси глицерина и воды) и снова расщепляют конец побега. Для консервации пригодны ветки дуба, барбариса, брусники, листья ириса, клена, астильбы.

Иногда в зимней композиции применяют «соленые» ветки. Готовят их так. В горячую воду засыпают поваренную соль (1 : 2), в слегка остывший раствор погружают побеги и оставляют на сутки-двое, не

передвигая сосуда. Затем ветки с кристаллами соли просушивают и используют в композиции.

Зимние букеты могут быть в любых вазах: высоких и низких, широких и узких. Прозрачные, легкие, пушистые растения хорошо выглядят в сосуде из толстого стекла.

Составляя букет, старайтесь не перегружать его, используйте 1—2, самое большее 3 вида растений. Тогда он будет воздушным и раскидистым.

Держателем для растений в низких вазах могут служить проволока, влажный песок, пластилин, различные пористые материалы, к примеру туф.

Цветы в вазе должны размещаться свободно. Рыхлые букеты всегда более привлекательны, чем плотные. Устанавливать цветы необходимо по одному, наклоняя их под разным углом. Цветы, расположенные на разной высоте, будут выглядеть живее и привлекательнее.

При составлении композиции важен правильный подбор и сочетание цвета. Известно, что различные цвета воспринимаются не только оптически, но и эмоционально. Все светлые тона, как правило, теплые и дают ощущение легкости. В противоположность этому темные цвета холодны и воспринимаются как тяжелые. Подбирая букет, цветы светлых тонов располагают перед темными или над ними.

Удачно гармонируют голубой колер и розовый — голубой дельфиниум и розовая астильба. Красный колер хорош в сочетании с белым, желтым, иногда с лиловым — красные розы и белый снежноягодник; желтые соцветия пижмы и красные ягоды калины; алая гвоздика, лиловый цветок клематиса и плющ.

При тройных сочетаниях колеров один из компонентов всегда должен быть зеленым — розовые метелки гипсофилы, ажурная зелень аспарагуса, темные розы.

Искусство дарить цветы

Дарить цветы — значит проявлять чувства любви, уважения, почтения. Это одна из доброжелательных форм общения между людьми.

Хотя язык цветов, может быть, и устарел, однако все же сохранились некоторые правила, связанные

с цветовой символикой, и их следует по возможности учитывать. Так, красные цветы выражают искреннее расположение, а розовые считаются нейтральными и уместны в любой праздничной обстановке.

На официальных церемониях преподносят розы, гладиолусы, гвоздики, пионы, тюльпаны, нарциссы, каллы, гиацинты, ландыши и ни в коем случае нельзя вручать георгины, ирисы, разные летники.

К различным датам и юбилеям дарят букеты, тоже соответствующие торжеству. Например, при рождении девочки принято дарить розовые и красные цветы, при рождении мальчика — синие или фиолетовые.

Девушке в день рождения дарят бутоны роз, молодой женщине — раскрывшиеся розы и гвоздики. Пожилым людям гораздо больше радости доставляют декоративные или цветущие горшочные растения, а не быстро увядающие срезанные цветы.

На юбилеях обычно вручают хризантемы, розы, гвоздики, сирень, лилии, гладиолусы.

Составляя букет для невесты, нужно учитывать обстановку, в какой будет проходить регистрация брака, цвет платья и даже ее рост (согласитесь, большой букет не подойдет девушке маленького роста). Обычно для букета невесте используют каллы, белые или розовые розы, гладиолусы, гвоздики, тюльпаны, герберы и другие цветы белой или розовой окраски.

Дарить принято нечетное число цветов: 3, 5, 7, 9 штук. Большие букеты преподносят в исключительных случаях, на особых торжествах. Следует также помнить, что нельзя дарить одинаковые букеты мужчине и женщине, молодому и пожилому человеку.

Мужчинам (обычно ко дню рождения, юбилею) дарят цветы более крупные, с длинным стеблем — розы, гвоздики, гладиолусы, хризантемы, тюльпаны. Цветы с длинными цветоносами преподносят также пожилым людям.

Молодым женщинам и девушкам можно дарить самые разнообразные цветы. Уместны и полевые, луговые, лесные, особенно в будничной обстановке.

Молодой человек, придя в дом родителей девушки, за которой ухаживает, естественно, приносит два букета: сначала он вручает цветы матери, а затем — дочери. Букеты не должны быть одинаковыми.

Нести букет лучше в бумаге, обязательно цветами

вниз. Это предохраняет их от пыли, солнца или холода, а также от поломки.

Прежде чем приподнести цветы виновнику торжества, необходимо снять с них бумагу (цветы можно оставить в целлофане — это допустимо). Вручая букет, держите его в левой руке стеблями вниз, цветами кверху.

Траурные букеты обычно делают из четного числа цветов темных строгих тонов — темно-красных роз, гладиолусов, георгин.

Живые цветы зимой

Что за праздник без цветов? В канун Нового года можно поставить на стол... цветущую ветку жасмина или вишни. Позаботиться об этом надо заблаговременно.

Кусты и деревья, как известно, кончают вегетационный период осенью, некоторое время отдыхают, а затем снова начинают расти. Отдых продолжается до начала декабря. После этого побеги уже могут цвести. На улицах им препятствует лишь холод. Как ускорить их цветение?

Срезают ветку натурального жасмина, волчеягодника, орешника, вишни и ставят в теплой комнате в вазу с водой. Если ветка срезана в морозную погоду, побеги сначала должны оттаять в воде в прохладном помещении. Только после этого их переносят в тепло. В квартирах с центральным отоплением необходимо позаботиться о влажности воздуха — поставить в комнате один или несколько сосудов с водой. Через 3—4 недели почки распустятся.

Цветение можно ускорить, если ежедневно обрызгивать почки водой. Тогда они раскроются через 15—18 дней. Еще лучше добавить в воду несколько капель нашатыря. Хороший эффект дают также специальные ванны: ветки на 9—12 ч погружают в теплую воду (30—35 °С). Можно осторожно надавить почки и наколоть их иглой — они распустятся буквально через несколько дней.

Сказочно красивы расцветшие среди зимы изящные нарциссы, гордые тюльпаны, нежные гиацинты, фрезия, мускари, крокусы. Срок выгонки этих луковичных — 2...2,5 месяца. Луковицы сажают в пита-

тельную почву (смесь дерновой и листовой земли, перегноя и речного песка), поливают и ставят горшочки в ящик с землей или песком так, чтобы они были полностью засыпаны. Ящики держат в прохладном помещении (+2...+5 °С). Когда появятся ростки, цветы переносят в светлое помещение и накрывают бумажными колпачками, чтобы постепенно приучить их к дневному свету. Если же сразу оставить цветы на свету, они погибнут.

В сентябре (а если осень теплая, сухая, то и позднее) цветы пересаживают из открытого грунта в горшки, подобранные по объему корневой системы. Землю берут с грядки, поливают растения с поддонника. Через 2 недели после пересадки производят первую подкормку раствором коровяка: 1 л настоянной переброженной жижи коровьего навоза разводят в 9 л воды и к этому раствору добавляют по 20 г азотнокислого и фосфорнокислого калия. Чтобы цветы были крупными, отщипывают все боковые бутоны. Температуру на окне поддерживают в пределах 8—10 °С. Помещение должно быть светлым и хорошо проветриваемым. Но нельзя устраивать сквозняк — цветы его не любят.

Если правильно ухаживать за растениями, то до самого Нового года на окне будут цвести незабудки, анютины глазки, маргаритки, гвоздики, петунии, астры и другие цветы.

Уезжая надолго из дома, не забывайте о комнатных растениях

Многие из нас, наверное, оказывались в такой ситуации: надо уезжать в отпуск, в командировку, а дома остаются цветы, за которыми некому ухаживать. Как уберечь их от высыхания? Способов существует много. Вот самые простые и доступные.

Промыв растения под слабым душем, поставьте их в ванну, наполнив ее водой примерно на 15 см. Дверь в ванную комнату оставьте открытой. Здесь они вполне могут обойтись без вас на протяжении 2—3 недель. Недостаток такого способа в том, что все-таки цветы находятся длительное время без света. Поэтому лучше сделать так. Перед самым отъездом опустите горшки с цветами в ванну, чтобы вода

полностью покрыла их края, и оставьте их на 40 мин. Затем выньте и заверните горшки в полиэтиленовую пленку или поместите в пакеты. Края пакетов заверните и закрепите канцелярскими скрепками, так будет меньше испаряться влага из земли.

В большие горшки с цветами можно воткнуть в землю горлышком вниз бутылки, наполненные водой. Если уезжаете ненадолго, положите на землю в горшке влажную губку. Сверху почву можно прикрыть вырезанным по форме горшка кругом из картона, в котором надо сделать разрез и круглое отверстие по размеру ствола растения.

Можно сделать и так. Ведро или таз с водой поставьте на табурет, а вокруг на полу разместите цветы. Нарежьте марлевые бинты такой длины, чтобы один конец свободно лежал в воде, а другой доставал до земли в горшках. Один конец полностью смоченного бинта заглубите в землю, а другой опустите в таз или ведро. Так «поить» цветы можно месяц и даже дольше.

Если вернувшись домой, вы нашли некоторые цветы увядшими, положите в большой таз на дно деревянный брусок и поставьте на него горшок с цветком. Налейте в таз горячую воду (не кипяток), чтобы от нее шел пар. Уровень воды должен быть на 3—4 см ниже верхнего края бруска Пар восстановит потерянную растением влагу.

Разведение цветов в саду

Выращивание цветов в теплицах. *Хризантемы.* Размножаются черенками из маточных экземпляров. Начало черенкования в тепличных условиях — февраль — март. Укоренившиеся черенки сажают в горшочки, в мае высаживают в открытый грунт. Во второй половине августа и начале сентября производится посадка в большие горшки, которые до наступления утренних заморозков вносят в теплицы и оранжереи. Цветут хризантемы с сентября по декабрь.

Примула. Размножается семенами. Посев производят в январе и феврале в теплицах. Всходы пикируют в ящики. Окрепшие растения пересаживают в небольшие горшки и устанавливают в парниках под

стеклянными рамами. В начале сентября их переносят из парников в теплицу.

Примула пышно цветет осенью и ранней весной. В зимние месяцы из-за недостатка солнечного света цветет слабо.

Гортензия. Размножается черенками. Начало черенкования — в феврале и первой половине марта. Укоренившиеся черенки сажают в небольшие горшки и ставят на стеллажи в теплицах. В течение лета и до второй половины сентября растение культивируется в холодных парниках. Со второй половины сентября (до наступления утренних заморозков) держат в сухом подвале, где растение сохраняется до последних чисел декабря — начала января. Первую партию растений для ранней выгонки вносят в теплицы в последних числах декабря, остальные — в первой половине января. Гортензия цветет во второй половине марта и апреле.

Цинерария гибрида. Размножается семенами. Ее сеют в мае — июне в теплице или парниках. Всходы пикируют в ящики. Укоренившиеся растения пересаживают в небольшие горшки или в грунт парника под стеклом, в сентябре — в большие горшки и вносят в полутеплые теплицы или оранжерею. Цветут цинерарии в феврале, марте и апреле.

Лакфиоль и левкой зимний. Высевают в апреле — мае в парниках. Всходы пикируют в парники. Затем рассаду рассаживают в открытом грунте. В сентябре растения сажают в горшки и вносят в полутеплые теплицы. Цветут во второй половине марта и апреле.

Гвоздика Шабо. В начале сентября выкапывают из гряд уже цветущие растения и пересаживают в горшки или в грунтовых теплицах прямо в грунт на стеллажах. В теплицах гвоздика цветет до января.

Американская махровая гвоздика. Размножают черенками. Культивируется в горшках. Цветет в зимний период.

Розы. На выгонку в горшках ставят однолетние, двулетние и трехлетние привитые кусты роз. Для горшочной выгонки пригодны также те кусты роз, которые культивировались без горшков в открытом грунте. Такие кусты ранней весной высаживают в горшки, где они растут до осени, до полного укоренения. Осенью горшочные розы ставят в подвал, а в на-

чале января вносят в теплицу. В этот период производят обрезку кустов.

Сирень привитая махровая. Подготавливают к цветению зимой посредством прививки черенков в теплицах и окулировки (глазком) в открытом грунте.

Осенью с наступлением небольших заморозков растения в горшках переносят в подвал, где они сохраняются до января. В январе или в начале февраля горшки вносят в теплицы. Через несколько дней у растений начинается сокодвижение, весьма нужное для прививки. Именно в это время следует начать прививку черенком, лучше всего под кору. Черенки сирени для прививки заготавливают в ноябре и сохраняют до начала прививки.

Весной растения высаживают в открытый грунт, где их культивируют в течение 1—2 лет. В апреле высаживают в большие горшки, и все лето они в горшках находятся в открытом грунте. Осенью их вносят в подвал, а в декабре ставят на выгонку.

Выращивание многолетних цветов из семян. Почти все многолетники можно вырастить из семян и за 1—2 года получить большое количество растений. Если посеять осенью флоксы, дельфиниум, маргаритки, георгины и ряд других многолетников, то они зацветут в первое же лето.

На второй год после посева зацветают аквиления, мак восточный, гайлярдия, рудбекия, горицвет, примула, ромашка крупноцветная и другие. Более длителен процесс выращивания из семян таких цветов, как лилия, нарциссы, тюльпаны, ирисы, сциллы, пионы. Их цветения приходится ждать 3—4 года, а то и 6 лет.

Лучший срок посева семян в грунт — поздняя осень: октябрь, ноябрь. Но грядки для посева нужно подготовить заранее, в конце сентября или в начале октября. Для этого в почву вносят перегной или выветрившийся торф, минеральные удобрения, перекапывают, разравнивают поверхность грядки и делают бороздки глубиной 1 см на расстоянии 15—20 см друг от друга. Одновременно запасаются некоторым количеством хорошей земли и держат ее в подвале или в сарае, чтобы она не промерзла. Как только почва на грядке слегка подмерзнет, можно высевать семена в бороздки и засыпать их землей слоем

1 см. Вот теперь пригодится и припасенная талая земля. Не беда, если грядку припорошит снегом, перед посевом его нужно смести.

Семена отлично перезимуют в грунте, а с весны они уже потребуют ухода. В этот период необходимо следить за влажностью почвы на грядке, своевременно и осторожно поливать из лейки с ситечком.

Как только у всходов разовьется по 2—3 листочка, их надо рассадить на другие грядки на расстоянии 20—25 см друг от друга.

Чтобы вырастить из сеянцев крепкие, хорошо развитые растения, следует своевременно поливать и систематически подкармливать их, удалять сорняки и разрыхлять почву в междурядьях.

Осенью, а лучше весной следующего года развившиеся сеянцы можно высадить в цветник, где они будут расти и цвести несколько лет.

Когда многолетники, выращенные из семян, сильно разрастутся, их необходимо разделить и рассадить. Например, маргаритки лучше всего делить через каждые 2 года, флокс, горицвет, астры — через каждые 4 года и т. д.

Сбор семян. Часто бывает так, мы выращиваем красивые цветы, любуемся ими, но не подумаем собрать с них семена. Между тем опыт многих цветоводов показал, что цветочно-декоративные растения, выращенные из собранных семян, более стойки и жизнеспособны в условиях того же района.

Чтобы быстрее созревали семена у астр, львиного зева, циннии, у многих однолетников и многолетников, прищипывают часть бутонов или часть соцветия, оставляя первые цветки или уже завязавшиеся плоды. Чтобы раньше получить зрелые семена, надо оставлять на растениях меньше цветков. Особенно это важно делать в северных районах. Таким образом не только ускоряется созревание семян, но и улучшается их качество.

Следует иметь в виду, что из семян первых зрелых плодов вырастают растения с более ранним цветением. Поэтому нельзя, чтобы растрескивались зрелые плоды (коробочки, стручки, бобы), так как лучшие семена могут высыпаться.

Собирать семена нужно только днем, в солнечную погоду, в марлевые мешочки и развешивать их в су-

хом, хорошо проветриваемом помещении. Просушенные семена хранят в сухом, прохладном месте, подальше от источника тепла.

Хранение клубней и луковиц. Георгины цветут до глубокой осени. Чтобы предохранить корневую шейку (самую нижнюю часть стебля у клубней) от ранних заморозков, следует окучивать цветы в середине сентября. После того как листья и цветы подмерзнут, стебли подрезают, оставив пенек высотой 10 см, затем выкапывают и раскладывают клубни в один слой в теплом помещении, чтобы они обсохли. Освобождают их от земли осторожно, чтобы не повредить корневую шейку и не оторвать их от стебля.

Клубни хранят в наиболее прохладном и сухом месте квартиры, а еще лучше — в подвале при температуре +3...+7 °С. Чтобы клубни не пересыхали, их кладут в ящик и засыпают сухим песком. Зимой необходимо проверять, не появились ли подгнившие клубни, и своевременно отделять их от здоровых.

Клубнелуковицы гладиолусов. Обычно в конце сентября — начале октября, в солнечный день клубни гладиолусов выкапывают и раскладывают на грядке. Перед выкапыванием отрезают листья, оставив пенек примерно в 5 см.

В конце дня вынутые из земли клубнелуковицы складывают в небольшие марлевые мешочки и развешивают в сухом теплом помещении. Просушивают при температуре до 30 °С. Через 3—4 недели очищают молодые луковицы от корней старой клубнелуковицы и складывают отдельно в марлевые мешочки. Хранят в сухом помещении с температурой +6...+10 °С.

Корневища канн. Их выкапывают после первых осенних заморозков с комом земли, причем землю не стряхивают, чтобы корни не пересохли при хранении и не погибли. Стебли отрезают, оставив пенек в 8—10 см. Просушивают, разложив одним слоем в ящике. Хранят в прохладном месте. В подвалах они сохраняются при температуре до +5 °С.

Весенние посадки в саду. Как только газоны освободятся из-под снега, с них убирают мусор, засыпают землей образовавшиеся ямки, выравнивают поверхность.

В конце марта трогаются в рост тюльпаны, нарциссы, гиацинты. Желательно без опоздания снять с них укрытие. И хотя по утрам и ночью температура еще падает до —3 °С, но такой морозец не страшен молодым росткам. Как только тюльпаны достигнут высоты 5—6 см, необходимо дать им первую минеральную подкормку. Вносят ее по утрам между рядами поверх замерзшей земли. А днем, когда земля станет мягкой, удобряют почву.

Весной приводят в порядок и парники: очищают от снега и равномерно раскладывают навоз. Невелика беда, если нет конского навоза,— его заменит любой вид биотоплива, даже обычные кухонные отбросы, но, применяя их, следует соблюдать правила санитарии. Чтобы все эти удобрения стали теплыми, надо положить в них нагретые камни и закрыть парник рамами и соломенными матами. Через 6—7 дней, когда температура в парнике поднимется, сверху следует насыпать просеянную землю слоем 15 см. Через 2 дня в парник можно высаживать рассаду.

Подросшую рассаду цветов, которую держали дома, нужно распикировать в ящики с землей и перенести в парник.

В марте сеют однолетники: астры, бархатцы, левкой, львиный зев, табак, циннию. Ящики заполняют земляной смесью (по 1 части просеянной дерновой земли, листового перегноя и крупного речного песка). Посевы регулярно поливают из лейки с частым ситечком и держат при температуре 15—18 °С. Ящики прикрывают стеклом.

Пора браться и за георгины: клубни можно подготавливать к проращиванию для черенкования.

Некоторые цветоводы увлекаются насыпными клумбами, считая их лучшим украшением двора. Такие клумбы хороши, когда во дворе много места. А если двор маленький, лучше посадить зелень вдоль забора, украсить вьющимися растениями стены дома, сараев. Для этого берут актинидию, лимонник, древогубец, жимолость, дикий виноград, хмель, вьющуюся фасоль, ипомею.

Дикий амурский виноград неприхотлив, быстро растет, хорошо переносит морозы и красиво обвивает зеленью беседки, арки, балконы, изгороди. Его можно размножать черенками (черенки укореняют в специ-

альном питомнике с хорошей землей). Можно также пришпиливать стебли винограда к влажной земле — в ростовых узлах возникают корни и побеги; эти кустики отделяют и сажают.

Всем вьющимся растениям устраивают подпорки, натягивают проволоку. Некоторые же растения (ипомея, душистый горошек) за проволоку не цепляются, поэтому для них натягивают шнуры.

Если места во дворе немного, лучше посадить однолетние цветы в деревянные ящики, большие глиняные горшки и, сделав для них подставки, поставить на перила крыльца, вдоль стен на асфальте. Можно поставить на столбик небольшой ящик и посадить настурцию — через месяц под окном будет красоваться оранжевый шар.

В последние годы на газонах разводят неприхотливую сальвию. В сплошной посадке она образует яркий красный ковер с карминным оттенком.

Как ни хороши многие однолетние цветы, лучше все-таки разводить многолетники. Наиболее популярные из них — флоксы. Цветы флоксов имеют самую разнообразную окраску — белую, фиолетовую, розовую и т. д. Пожалуй, лучше их располагать по какому-либо одному цвету узкими дорожками, газончиками, полянками. На каждой полянке свой цвет, свой оттенок. Флоксы не любят кислую почву. Им нужна рыхлая, питательная земля. Каждую весну к корням флоксов надо подсыпать земли на 5—6 см, так как растения, которые зимуют, за лето вырастают, оголяется прикорневая часть стебля, и, если ее не засыпать, флоксы будут плохо цвести.

Для получения самых ранних цветов можно посадить многолетники: арабис, аквилегию, гиацинт, диклитру, ирис, купальницы, маргаритки, мак восточный, нарцисс, пион, подснежники, примулу, пролеску-сциллу, тюльпаны, флокс дерновый. Едва они начнут отцветать, как уже будут распускаться георгины низкие (карликовые), горицвет-лихнес, дельфиниум, люпин, лилии, ромашка крупноцветная, флоксы. А когда дни станут короче и ночи прохладнее, зацветут георгины крупноцветные, гладиолусы, астры, гелениум, золотарник, рудбекия, хризантемы корейские. Пора их цветения — глубокая осень.

На поверхности отведенного участка нужно разбросать удобрения. На 1 м^2 требуется 8—10 кг пере-

гноя, компоста или выветрившегося торфа и 60—80 г суперфосфата. Землю перекапывают на глубину лопаты и разравнивают. Чтобы посадить цветы ровно, натягивают шнур на расстоянии от 20 см до 1 м друг от друга в зависимости от вида растений. Затем делают ямки, величина которых тоже зависит от размеров куста. В каждую ямку на дно кладут 3—5 горстей перегноя или выветрившегося торфа, 1—3 столовые ложки смеси минеральных удобрений и смешивают их с землей. В ямку до самого верха наливают воду и, как только она впитается, сажают растение.

Особенно аккуратно сажают растения с зеленой розеткой (маргаритки, примулы и др.) — при глубокой посадке они гибнут.

Если у флоксов, маргариток, примулы стали мельче цветы, это первый признак того, что пора разделить кусты на части и рассадить в хорошо удобренную и обработанную землю. Весной, когда у растений появляются молодые побеги, самое время вынуть из земли старый куст и острым ножом разделить его так, чтобы на каждой части были корни и 1—3 ростка.

Первую подкормку многолетников после пересадки делают через 10 дней, как только они двинутся в рост. Затем подкармливают через каждые 10 дней раствором коровяка (1 : 10) или куриного помета (1 : 30). А когда появятся бутоны, в раствор добавляют 30 г суперфосфата на каждые 10 л (предварительно растворяют в горячей воде). Под каждое растение выливают от 1 до 3 л раствора, после чего поливают растение из лейки. Последнюю подкормку делают в конце августа. Можно использовать для подкормки и готовую минеральную смесь для удобрений.

По декоративному использованию весенних цветов имеется довольно много интересных советов.

Наиболее широкое распространение в декоративном садоводстве получили *тюльпаны*, привлекающие разнообразной окраской, формой цветка и сроками цветения. Еще в XVI в. жители Турции выращивали их в своих закрытых двориках. Отсюда и произошло название тюльпана, цветки которого своей формой напоминают турецкий головной убор — тюрбан. Максимальный эффект от массовых посадок тюльпанов достигается только в том случае, если группа создана из одного сорта, все тюльпаны цветут в одно время

и одинаковы по высоте. Важно, чтобы весь цветник был освещен равномерно. В противном случае одни тюльпаны распустятся раньше, другие — позже. Для украшения лужайки рекомендуется высаживать сорта нежных и светлых оттенков. Для клумб правильной формы лучше подойдут сорта яркой окраски (красные, золотисто-желтые, оранжевые). Тюльпаны хороши также в сочетании с двулетниками: голубыми незабудками и бледно-розовыми маргаритками. Небольшие композиции из тюльпанов и двулетников украсят любое место сада — возле лестниц, скамеек, у входа. Очень эффективны тюльпаны лососево-розового или ярко-красного цвета на серебристом фоне стахиса лената или арабиса. У стены или группы кустарников хорошо смотрятся высокорослые тюльпаны. Вдоль дорожки их часто сажают на втором плане, дополняя маргаритками, примулами, мускари.

Нарциссы — наиболее популярный весенний цветок, с которым связано много старинных преданий и легенд.

В настоящее время возделывается много садовых форм нарциссов, отличающихся размерами, формой и окраской цветка. Очень красивы нарциссы в свободных группах, на открытых лужайках или в сочетании с деревьями и кустарниками. В садах и парках, посаженные крупными пятнами, головки цветков как бы растекаются между деревьями и кустарниками. Для пейзажной композиции следует подбирать высокорослые сорта с крупными цветками из групп корончатых, крупнокорончатых (Актея, Веласкес, Дебютант, Глория, Мунди, Бриллианси, Карлтон, Моника). Для близкого рассмотрения лучше высаживать низкорослые сорта махровых и трубчатых нарциссов (Таити, Акрополис, Гласье, Спелбиндер).

Выбор формы цветника для посадки нарциссов зависит от планировки участка, расположения деревьев, дорожек и других элементов композиции. Весной, когда листья еще только распускаются, на кряжистом силуэте дерева трогательно выглядят белые цветки нарциссов. Бывает, что цветение яблонь и нарциссов совпадает, тогда композиция получается очень изящной, при одновременном распускании цветов этот уголок сада как бы окутан кружевной пеле-

ной. Красивы белые нарциссы на фоне вечнозеленых деревьев и кустарников.

Весьма эффектны в весеннем саду *гиацинты*. Они лучше всего смотрятся в массе и больше подходят для цветников правильной формы: прямоугольных, квадратных, круглых. Гиацинты вносят в композицию клумб различные оттенки синего, лилового, богаты нюансами и розовые сорта.

Мускари и *сциллы* наиболее эффектны в сплошном ковре под деревьями с нежными распускающимися листочками. Особенно красивы они среди берез.

Исключительно декоративным будет цветник из цветущих в разное время кустарников и луковичных. Почву между цветами можно прикрыть вечнозеленым барвинком, арабисом, незабудкой.

Прекрасны садовые миниатюры из луковичных растений среди специально уложенных камней, в сочетании с различными видами примул, обриецией и другими низкорослыми многолетниками.

Осенние заботы цветоводов. Осенью требуют подкормки поздние сорта флоксов. На 10 л воды берут 15—20 г суперфосфата и столько же калийной соли (ее можно заменить 30—40 г золы). Удобрения вносят под куст, стараясь не попасть на листья, после чего обильно поливают водой.

В начале осени нередки еще сухие, жаркие дни, и многие растения нуждаются в поливе. Поливать лучше в вечерние и утренние часы, когда влага пропитывает верхний слой почвы и проникает к корням: дневной же полив не дает таких результатов, поскольку влага испаряется с поверхности и не увлажняет почву. Глинистые почвы следует поливать обильнее, но реже, песчаные — меньше, но чаще. После полива следует взрыхлить землю, иначе образуется корочка, которая препятствует проникновению воздуха к корням. Во время рыхления удаляются сорняки.

Большинство многолетников, зимующих в садах, время от времени следует обязательно делить и пересаживать. Ирисы, например, надо пересаживать на 3-й год, флоксы — на 4-й, пионы — на 5-й. При правильном уходе пионы могут не старея расти на одном месте 8—12 лет.

Голениумы, флоксы и другие обильно цветущие

осенью растения делят и пересаживают в период с 25 августа по 15 сентября, лилии, нарциссы, тюльпаны, гиацинты — со второй половины августа до середины сентября. Эти сроки подходят для средней полосы, а в южных районах их нужно отодвинуть на конец сентября и октябрь. Пересаженные в теплые осенние дни растения разовьют корневую систему и прекрасно перезимуют.

Высаживать многолетники, в том числе и луковичные, лучше всего в рыхлую, питательную, хорошо дренированную почву. Заблаговременно следует перекопать участок и удобрить землю перепревшим навозом (4 кг на 1 $м^2$), суперфосфатом (40—100 г), древесной золой (250 г), костной мукой (50 г). Если почва очень кислая, например торфяная, желательно добавить еще 1—1,5 кг извести или старой штукатурки.

Пионы нужно высаживать на открытый солнечный участок, в заранее подготовленные ямы шириной 50 см и такой же глубиной. Верхний вынутый из ямы слой земли следует положить отдельно и перемешать с удобрениями: 100 г аммонийной селитры, 100 г суперфосфата и 50 г хлористого калия, а нижний слой земли отбросить совсем. На дно ямы насыпать ведро перегноя. Куст осторожно окопать лопаткой (подальше от корневой шейки), затем, поддев его вилами, поднять. Старые растения разделить на несколько частей, рассекая корневище острым ножом, чтобы на каждой части было по 3—5 почек, загнившие корни отрезать. В яме сделать углубление с холмиком посередине, на него положить корневище с корнями, предварительно продезинфицированное в растворе медного купороса (10 г на 1 л воды). Не надо зарывать глубоко в землю почки (они должны находиться на глубине 1—3 см), иначе растение не будет цвести. Засыпав кусты землей, их поливают. С наступлением заморозков кусты пионов присыпают слоем земли до 10 см.

Ирисы в общем-то неприхотливые растения, но если в положенное время не производить их пересадку и деление корневищ, то они, разрастаясь, начинают теснить друг друга и теряют декоративность. Поэтому рекомендуется своевременно делить и пересаживать их. Поделенные части ириса сажают на расстоянии 30—45 см друг от друга в лунки глуби-

ной 15—18 см. Корневище засыпают слоем земли в 3—4 см (каждая часть корневища должна иметь 3—5 почек и корни).

Флоксы, нуждающиеся в пересадке и делении, осторожно выкапывают, стряхивают лишнюю землю и отделяют друг от друга сплетения корневищ, шеек и корней. Сросшиеся части разрезают ножом, каждая часть должна иметь здоровые почки. Низкорослые сорта флоксов сажают на расстоянии 30—40 см друг от друга, а высокие — на расстоянии 40—50 см. Необходимо следить, чтобы корневая система в лунках не подгибалась.

Пересадку и деление растений лучше всего производить в пасмурные дни или в утренние и вечерние часы, чтобы корни не обветривались и не пересыхали.

Для луковиц тюльпанов, нарциссов, лилий отводят солнечные, хорошо защищенные от северных ветров участки. Глубина посадки зависит от размера луковицы, а также от состава почвы. Луковицы тюльпанов диаметром 3—4 см закапывают на глубину 15—18 см, нарциссов — на 15 см, лилий, у которых корни расположены сверху, над луковицей,— на 18—20 см, а тех, что имеют только подлуковичные корни,— на глубину 10—15 см.

На легкой песчаной почве луковицы сажают на 2—3 см глубже. Полезно перед посадкой бросить в лунку горсть песка. На зиму луковичные растения желательно покрыть сухими листьями слоем 10 см.

Георгины цветут до самых заморозков. Клубни этих многолетних растений следует исподволь подготавливать к зиме: постепенно уменьшать полив, удалять нижние две пары листьев и увядающие соцветия, до начала сентября окучить корневую шейку слоем 10—15 см. До наступления устойчивых заморозков надо успеть выкопать клубни георгинов, стараясь не повредить их. Нельзя тянуть растение за остаток обрезанного стебля, иначе надломленная корневая шейка загниет во время хранения. Осторожно очистив клубни от земли, их надо подержать неделю в проветриваемом помещении при температуре 15—20 °С, чтобы они слегка подсохли, затем разложить на стеллажах в 1—2 слоя и пересыпать песком. Примерно раз в месяц нужно просматривать клубни и больные уничтожать. Хранить при температуре + 3...+ 5 °С.

Клубнелуковицы гладиолусов и корневища канн также требуют тщательного ухода и специальной температуры при хранении. Маточники гелиотропа, сальвии выкапывают и хранят в светлом теплом помещении. Петунии можно высадить в цветочный горшок и принести в комнату на окно. Если за ними следить, они будут еще долго цвести. Хорошо себя чувствуют в комнате гвоздика Шабо и львиный зев.

После заморозков нельзя оставлять в саду и однолетники: их нужно сложить в яму для приготовления компостной земли, которая на следующий год пригодится для удобрения.

Растения — помощники садовода. Не одни лишь ядохимикаты могут помочь садоводу справиться с гусеницами, тлей, клещами.

На приусадебных и дачных участках вместо химических веществ для борьбы с вредителями растений целесообразнее использовать растительные яды — растительные настои и отвары.

Из картофельной ботвы готовят настой против паутинного клеща и тли. На 1 л воды берут 60—80 г сухой или 125—150 г зеленой ботвы и настаивают в течение 3—4 ч. После процеживания опрыскивают растения, лучше всего вечером.

Настой табака: на 1 л горячей воды берут 100 г табака (табачной пыли, махорки), настаивают 2—3 ч, разводят в 5 раз перед использованием против тли, моли и мелких грызучих гусениц.

Настой луковой шелухи также помогает бороться с паутинным клещом и тлей. Ведро луковой шелухи заливают 2 ведрами горячей воды температурой 60—70 °С и настаивают 1—2 суток. Настой процеживают, разбавляют 2 раза водой и сразу же используют.

Листья лопуха, мелко измельченные, укладывают в ведро на 1/3 объема, заливают доверху водой и настаивают 3 дня, после чего процеживают через марлю. Настоем опрыскивают растение 3 раза с интервалом в 6 дней — против гусениц, капустной белянки и совки.

Настой бузины или мяты применяют против бабочки огневки.

Настой чемерицы лобиля спасает от яблоневой моли, вишневого пилильщика и кольчатого шелкопряда.

Настой из листьев и желтых зонтиков тысячелистника уничтожает медяниц, трипсов, паутинных клещей.

Помидорную ботву используют для борьбы с тлей, против гусениц капустной белянки, совки. 400 г свежих листьев заливают 10 л воды, кипятят на тихом огне 30 мин, дав отстояться, процеживают. На каждые 2—3 л отвара добавляют 40 г мыла.

Конский щавель применяют против клещей и тли. Его выкапывают с корнями, очищают, моют и мелко измельчают. 400 г свежей массы заливают 10 л воды, настаивают 3 ч и, процедив, опрыскивают им растения.

К фитонцидным растениям, которые помогают оздоровлению участков, относятся лук, чеснок, горчица, петрушка, укроп, бархатцы, календула, настурция, флоксы, эшшольция.

Настурцию облетают бабочки многих вредителей. Они никогда не откладывают яйца на растения вблизи нее.

Календула, высаженная среди посевов (посадок), снижает заболевание растений фузариозом.

Сильно угнетают развитие нематод (микроскопических червей-паразитов) бархатцы.

Лук, чеснок, ноготки, настурция, цикорий, посеянные между грядками капусты, помидоров, картофеля и рядами клубники, хорошо защитят их от вредителей.

Конопля, посаженная среди свеклы, редьки, редиса, отпугивает от них земляных блошек.

Вредителям капусты не нравится запах помидоров. Поэтому рекомендуется чередовать при посадке ряды капусты и помидоров.

Помидоры, посаженные вблизи кустов черной смородины, защищают их от огневки.

Помидоры благоприятно влияют на рост клубники, поэтому их рекомендуется сажать рядом.

Красная бузина отпугивает вредителей от крыжовника и смородины.

Лук и морковь желательно сажать рядом: лук предохраняется от луковой моли, а морковь — от морковной.

От многих болезней предохранит розы высаженная рядом календула.

Рекомендуется посадить на огороде пижму — это

не нравится яблоневой плодожорке, тлям, врагам капусты, помидоров, огурцов.

Полезна высаженная полынь — ее не переносит плодожорка.

Удобрения для цветов. *Органические удобрения.* Навоз обогащает почву, улучшает ее свойства, положительно влияет на развитие почвенных микроорганизмов. Конский или овечий навоз очень хорошо нагревает почву и быстро действует. Его применяют на холодных и тяжелых глинистых почвах. Коровий разогревается мало, действует медленно, поэтому он рекомендуется на песчаных почвах.

Перепревший навоз вносят весной, свежий, мало разложившийся,— осенью. На тяжелых почвах его требуется 3—3,5 кг на 1 $м^2$, на легких — 4...6 кг.

Навоз содержит 0,5 % азота, 0,25 % фосфора, 0,6 % калия, 0,2 % кальция. Действует в течение нескольких лет. Применяется в чистом виде или в смеси с минеральными удобрениями.

В свежем навозе содержится солома, что несколько снижает его качество.

Перегноем — хорошо разложившимся навозом — удобряют культуры, которые не переносят свежего навоза. Нормы внесения его примерно на $^1/_3$ меньше.

Птичий помет — богатое быстродействующее удобрение, содержит 0,5—1,8 % азота, 0,5—1,8 % фосфора, 0,6—1 % калия и 0,4—1,2 % кальция. Его применяют на любых почвах и под все культуры. Вносят за 7—10 дней до посева в жидком виде или в сухом размельченном.

Компост — сборное удобрение из растительных, животных, хозяйственных отбросов. Их складывают в специальные кучи, смешивая с золой, птичьим пометом. Слой отбросов пересыпают торфом, землей, известью, выдерживают в кучах до полного перегнивания. Применяют для улучшения бедных песчаных почв.

Фекалии содержат 0,4 % азота, 0,2 % фосфора и 0,2 % калия. По действию их приравнивают к минеральным удобрениям. Используют при компостировании в смеси с торфом.

Торф бывает верховой и низинный. Последний отличается более высоким содержанием золы, азота.

фосфора, калия. Торф вносят (лучше одновременно с минеральными удобрениями) в подзолистые почвы.

Минеральные удобрения делятся на азотные, фосфорные и калийные.

Азотные удобрения. Аммиачная селитра, или азотнокислый аммоний,— одно из самых эффективных удобрений, хорошо растворимое в воде. Содержит до 35 % азота наполовину в нитратной, наполовину в аммиачной форме. Вносят отдельно и в смеси под различные культуры на разных почвах в виде основного удобрения и для подкормок.

Сульфат аммония, сернокислый аммоний, содержит 20—21 % азота. При внесении в кислые и подзолистые почвы необходимо проводить известкование.

Натриевая селитра вносится под все культуры. Действует как щелочное удобрение, поэтому рекомендуется для кислых почв. Нельзя смешивать с суперфосфатом, можно — с калийными удобрениями. Легко растворима, быстро усваивается растением, поэтому вносится при появлении всходов для ускорения роста. В районах с большим количеством атмосферных осадков менее эффективна.

Кальциевая селитра хорошо усваивается растениями, особенно эффективна на кислых почвах.

Мочевина содержит около 45 % азота. Применяется на всех почвах как быстродействующее поверхностное удобрение или при подкормках в виде раствора.

Фосфорные удобрения. Суперфосфат содержит пятиокись фосфора в водорастворимой форме (до 20—14 %). Применяется под все культуры, действует быстрее, чем все фосфорные. Двойной суперфосфат — концентрированное удобрение с повышенным содержанием фосфора (38—50 %). Вносят весной и осенью.

Фосфоритная мука содержит 15—25 % фосфора. Рекомендуется на кислых подзолистых почвах, деградированных и выщелоченных черноземах. Вносят ее заблаговременно в 1,5—3 раза больше, чем суперфосфата, так как действие продолжается несколько лет.

Костная мука содержит 30 % фосфора, 1 % азота и 38 % кальция. Часто добавляют к суперфосфату. Наиболее эффективна на подзолистых и болотистых почвах. Вносят задолго до посева.

Удобрение «Преципитат» рекомендуется применять для всех почв вместе с сульфатом аммония.

Калийные удобрения. Хлористый калий можно вносить почти под все культуры. Смешивается с другими удобрениями.

Сульфат калия (сернокислый калий) используется под культуры, которые не переносят даже следов хлора в почве (табак, виноград, цитрусовые). Так же применяется и «Калимагнезия».

Калийная селитра действует одновременно как азотное и как калийное удобрение.

Аммофос содержит азот и фосфор.

Из полных минеральных удобрений наиболее распространена нитрофоска — сплав нитрата аммония с хлористым калием и фосфатом аммония. Обычно применяется в виде гранул. Содержит 15—20 % азота, 13—21 % фосфора, 13—22 % калия. На тяжелых почвах вносят с осени (глубокая заделка), на легких — весной (мелкая заделка).

Нитроаммофоску вносят на всех почвах под овощные плодово-ягодные и цветочные культуры.

Нитроаммофос — азотно-фосфорное удобрение. Применяют под любую садово-огородную культуру, под перекопку почвы.

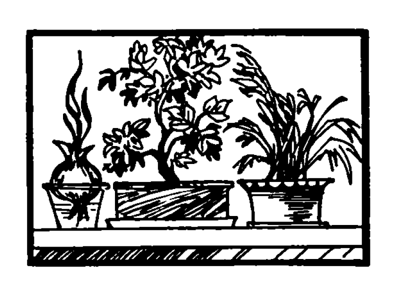
Туковая смесь представляет собой сложное удобрение — содержит азот, калий, фосфор.

«Плодово-ягодная удобрительная смесь», «Огородная удобрительная смесь», «Цветочная удобрительная смесь» являются полными минеральными удобрениями.

Особенно ценными считаются полные минеральные удобрения с микроэлементами (марок «А» и «Б»). В их составе имеются бор, цинк, молибден, медь, кобальт, марганец и другие элементы, которые необходимы растениям в небольших количествах.

Хорошо зарекомендовала себя «Смесь микроэлементов» (в таблетках).

Своевременное, со строгим соблюдением нормативов, внесение удобрений в сочетании с другими агрохимическими мероприятиями обеспечит высокий урожай ягод, фруктов и овощей.



ОГОРОД НА ПОДОКОННИКЕ

Надо ли говорить о том, как приятно подать зимой к столу блюда, загарнированные или украшенные аппетитными дольками свежих, только что с «грядки» огурцов и помидоров, зелеными веточками петрушки, сельдерея, укропа. И красиво, и вкусно, и полезно для здоровья. А главное — это доступно всем. При желании в домашних условиях можно вырастить и овощи, и зелень. Заниматься «огородничеством» в зимнее и весеннее время лучше всего в комнате с окнами, выходящими на юг, юго-восток и юго-запад, где много света и тепла. Если же обеспечить растениям дополнительное искусственное освещение, постоянный приток свежего воздуха и надлежащий уход, неплохой урожай вырастет в любой комнате.

Выращивать овощи рекомендуется в деревянных ящиках длиной 40—50 см, шириной 20—25 см у основания и до 30—35 см в верхней части, высотой 12—15 см. Для изготовления таких ящиков подойдут доски толщиной 20—40 мм. На дно ящика кладут дренаж — небольшие кусочки красного кирпича, гравия, крупного песка, лучше речного, и засыпают питательным почвенно-торфяным грунтом.

На южном окне ящики можно разместить в два и три яруса. Для этого делают полки. Между ящиками оставляют просветы в 30—40 см для выгонки зелени.

Вот несколько конкретных советов по выращиванию овощей в квартире.

Выращивание огурцов

Для выращивания огурцов в домашних условиях рекомендуется сорт Рытова, выведенный в Белоруссии. Выращивать их можно двумя способами.

Водный (гидропонный) способ. В литровой консервной банке удаляют обе крышки, оставляя внизу зажимы для опоры. Банку плотно набивают мхом, поливают питательным раствором и сажают туда пророщенное семя. Проращивают семена обычным способом: замачивают, кладут во влажную фланелевую ткань и держат при температуре 22—25 °С. Как только в семечке покажется белый бугорок — проросток, его сразу же пересаживают в банку со мхом (мох пригоден только белый). Прежде чем поместить пророщенное семечко, мох поливают питательным раствором.

Семя кладут плашмя, проростком вниз в центре банки на глубину 1—1,5 см. Сверху присыпают песком и слегка поливают. Всходы появятся через 2—3 дня. В первые дни комнатный огурец в отличие от обычного растет вертикально. Чтобы добиться крепости стебля, банку с растением на ночь ставят в прохладное место (15—17 °С), а днем выставляют на окно к солнцу.

Как и все растения, комнатный огурец склоняется в сторону света. Поэтому вначале в течение дня банку периодически поворачивают. Затем, чтобы поддержать в вертикальном положении и удержать плоды, с карниза окна опускают несколько нитей шпагата. За них растения «хватаются» своими усиками и прочно держатся.

Через 3 недели сквозь мох пройдут первые корешки в виде тоненьких белых нитей, и банку с растением необходимо поместить в другую, пошире, заполненную питательным раствором, и следить, чтобы в ней всегда был свежий раствор.

Примерно через 2 недели после всходов появится первый настоящий листок. После появления третьего делают прищипку — удаляют верхнюю почку роста, что дает возможность огурцу более активно развивать корневую систему. Из пазух оставшихся листьев начнут развиваться боковые отростки — плети (по 10—11), на которых будут завязываться плоды. При-

щипку верхушек каждой плети делают после появления пятого настоящего листа.

На 5-й неделе после всходов растение зацветает только мужскими цветками (пустоцвет). Поэтому необходимо сажать как минимум два растения с интервалом в 5—6 дней. Тогда в любое время будут в наличии мужские и женские цветки. После опыления через 10—12 дней появятся первые огурцы.

Гравийный способ. В широкий поддон вместимостью 5 л насыпают крупный песок (гравий) или мелкий битый кирпич слоем 8 см. На гравий ставят горшок без дна вместимостью 3 л и насыпают в него до половины промытый песок.

Проращивают семена так же, как и при водном способе. Пророщенные семена высаживают в горшок. По мере роста досыпают песок до семядольных листочков и ежедневно наливают в поддон питательный раствор. Уход за растениями аналогичен указанному при выращивании огурцов водным способом.

Опыление заключается в перенесении пыльцы с одного цветка на другой. Отличить женские и мужские цветки можно по околоцветнику. У женского цветка он имеет форму крохотного огурчика. Утром, когда пыльца липкая, надо сорвать мужской цветок (пустоцвет), осторожно оборвать на нем все лепестки и оставшимися тычинками легонько поводить по пестику женского цветка. Делают это 2—3 мужскими цветками с любого растения.

При хорошем опылении вырастают прямые красивые плоды, а при недоопылении — кривые и уродливые. После опыления все мужские цветки необходимо удалить, чтобы не попутать их с завтрашними свежими.

Питательный раствор готовится из удобрения «А» или «Б». Лучше из удобрения «Б» — в нем содержится больше микроэлементов: 1,6 г удобрения растворяют в 1 л воды комнатной температуры.

В первых фазах развития перекармливать растение нельзя. Когда оно начнет обильно плодоносить, норму удобрения удваивают. Мох в верхней банке все время должен быть влажным: его также поливают питательным раствором.

Лучшее время проращивания и посадки огур-

цов — первая декада февраля (весенняя) и первая половина августа (осенняя).

Другие сорта огурцов можно также вырастить на подоконнике, но они дают меньший урожай. Сорта Ива, Спотрезистинг, Дин 30-сн на 52—54-й день дают первый урожай и не требуют опыления цветков. Сорта Ленинградский тепличный, ВИР-501, гибриды ТСХА нужно опылять.

Выращивают огурцы в помещении при температуре 21—24 °С днем и 19 °С ночью на окнах южной, восточной или западной стороны.

Выращивая рассаду в горшках диаметром 7—9 см для мартовского или еще более раннего посевов, растение досвечивают в первые (от всходов) 15—20 дней лампой дневного света по 12—14 ч в день. Рассаду с 2—3 листьями пересаживают в ящик или в горшок диаметром 24—27 см.

Почва должна быть рыхлой и плодородной, состоять из равных частей дерновой земли, перегноя и торфа. Взрослые растения можно выращивать и в крупном песке, гравии или керамзите.

Поливают огурцы 1—2 раза в день водой температурой 27—29 °С, подкармливают калиевой селитрой (по 1—1,5 г на 1 л воды) раз в декаду, такой же дозой минеральных удобрений с микроэлементами. Когда появятся 5—6 листьев, плети подвязывают к колышку, воткнутому в середине горшка, выше 2—14-го листа стебель срезают. Боковые побеги тоже обрезают под появившимся цветком с завязью.

Выращивание помидоров

Семена высевают зимой, в январе. В феврале появляются всходы, в марте их пересаживают в отдельные, довольно вместительные горшочки. Периодически подкармливают готовой смесью удобрений из расчета 1 столовая ложка на ведро воды. Подсыпают древесную золу. Азотные удобрения отдельно не вносят, чтобы не развивались чрезмерно листья и стебли. Поливают обильно чуть теплой водой. Питомцы в комнатном «огороде» быстро идут в рост и к июню достигают высоты более метра. В июле с них можно снимать первый урожай — 15...25 ярко-красных плодов с каждого куста. Томатные кусты продолжают

развиваться, расти, цвести и дают плоды еще 2—3 раза, вплоть до ноября.

Выращивание зеленого лука

Лук в домашних условиях удобнее выращивать в глубоких тарелках. По размеру тарелки вырезают кружок из картона, делают в нем 20—25 круглых отверстий диаметром 24—28 мм, опускают в растопленный парафин, чтобы он не намокал в воде. Можно приготовить такой кружок из алюминия.

В тарелку наливают сырой воды, разводят в ней 1 г смеси солей (этого достаточно на 500 г репчатого лука) и накрывают кружочком. Предварительно срезав у луковиц верхушки, их сажают на отверстия так, чтобы корневая часть касалась воды.

3—5 дней тарелку держат на шкафу, затем переносят ближе к свету, к окну. Рост пера заканчивается обычно через 3—5 недель. Уход за луком не сложен: следует лишь своевременно доливать воду в тарелку.

Из удобрений для «домашнего парника» лучше использовать обычную огородную или цветочную смесь. На каждые 100 г ее добавляют 0,2 г кристаллов борной кислоты и 0,1 г марганцовокислого калия.

Можно выращивать лук и в ящиках с почвенно-торфяным грунтом. Для ускоренной выгонки пера лук-репку предварительно намачивают в теплой воде (за 1—2 суток до посадки), обрезают шейку или делают вертикальный надрез верхушки луковицы и высаживают в ящики вплотную одна к другой. Первые 10—12 дней свет необязателен. После того как лук прорастет на 5—10 см, ящики выставляют на свет.

Необходимо регулярно, 1—2 раза в неделю, в зависимости от почвы и возраста растений поливать их.

Выращивание петрушки и сельдерея

Если поставить на подоконник ящик с землей и посадить несколько корней петрушки и сельдерея, то зимой и весной у вас всегда будет к столу свежая зелень.

Корнеплоды петрушки и сельдерея высаживают, а вернее, наклонно укладывают в ящики рядами через 3—6 см, переслаивая почвой так, чтобы не засыпать землей верхушечные ростовые почки. (Выращивание зелени петрушки и сельдерея возможно и семенами, но для этого потребуется не менее 3 месяцев.)

Следует учесть, что частый полив, если почва плохо проветривается, приводит к загниванию корнеплодов, образованию плесени и другим болезням. Поливать растения надо начинать после того, как верхушечные почки тронутся в рост, то есть образуются первые корни. Заплесневелые растения немедленно удаляют.

После срезания зелени растения нужно подкормить огородной смесью удобрений или аммиачной селитрой.

Выращивание свеклы, ревеня, салата, щавеля

На подоконниках темных и полутемных окон можно «выгонять» молодые нежные листья свеклы, ревеня, цикорный салат витлуф и щавель. Корнеплоды и корневища этих растений заготавливают осенью в сентябре — октябре. Хранят их в подвалах, погребах, прикапывают в слабо отапливаемых теплицах. Корневища щавеля высаживают сплошным способом, ревеня — из расчета 15—20 кустов на 1 м^2.

Цикорный салат витлуф и ревень «выгоняют» и в чуланах. Для «выгонки» листьев свеклы используют, как правило, нестандартные, мелкие (диаметром до 3—5 см) корнеплоды, у которых осенью при обрезке листьев оставлены черенки. Свеклу высаживают в ящики вплотную друг к другу так, чтобы верхушечные ростовые почки оставались открытыми. Уход такой же, как за петрушкой и сельдереем.

Выращивание укропа

Семена высевают на поверхность влажной почвы из расчета 30—40 г на 1 м^2, сверху присыпают легкой

перегнойной (торфянистой) почвой слоем до 1 см и слегка ее уплотняют.

Для получения хорошей зелени укропа в период короткого дня и слабой интенсивности дневного освещения (декабрь — февраль) устанавливают дополнительное электрическое освещение. Для досвечивания используют люминесцентные лампы ЛДЦ (дневного света) или ЛБ (белого света) мощностью 40—80 Вт и лампы ДРЛ мощностью 250 Вт и выше.

Для выращивания овощных зеленых культур допустимо использование обычных ламп накаливания мощностью 100 или 150 Вт на 1 $м^2$, правда, коэффициент их полезного действия очень низок. Подвешивать лампы надо на высоте 50—60 см. Досвечивание лучше проводить в утренние часы в течение 5—6 ч. Если растения выращиваются только при искусственном свете, то продолжительность освещения должна составлять 12—18 ч в сутки.

Выращивание перца

Стручковый перец — это миниатюрное растение высотой до 20 см. Оно очень быстро растет. Зацветает в первый же год и дает плоды. Стручки совсем маленькие (2—2,5 см).

Берут 2—3 семечка из стручка и сажают в горшок с обычной садовой землей. Поливают умеренно, не допуская пересыхания. Растение быстро идет в рост и вскоре зацветает, образуя мелкие белые звездчатые цветки. Затем завязываются плоды — вначале они зеленые, потом краснеют. На вкус они очень горькие, их можно употреблять как приправу.

Земляника в цветочном горшке

Крупные спелые ягоды протирают сквозь сито, промывают в стакане с водой, дают отстояться и сливают воду с мякотью, а полные семена просушивают на бумаге. В деревянный ящик на дно насыпают дренажный слой (мелкий щебень, черенки, древесный уголь), на него — слоем 6—10 см почву состава: листовая земля — 3 части, перегной — 5 частей, песок — 2 части, поливают и сеют семена, не заделывая

в почву. Затем закрывают темной тканью и ставят в темное место. Периодически осторожно, чтобы не смыть семена, поливают теплой водой. Недели через две появляются всходы. Ящик накрывают стеклом и ставят на окно. При достижении растениями высоты до 10 мм их пикируют и пересаживают в другой ящик, соблюдая расстояние между растениями 5×5 см. После появления у растений 5—6 листочков их пересаживают в горшки по 2—3 штуки, систематически поливают и подкармливают таблетками микроудобрений, рижским удобрением и др. Для повышения урожая первые цветки обрывают, а при появлении 4—5 цветоносов на каждом оставляют по 4—5 ягод.



СОВЕТУЕМ, НАПОМИНАЕМ...

Урок для начинающей хозяйки

«Ох, как я устала!» — нередко восклицает хозяйка, в изнеможении опускаясь на диван после домашних трудов. От чего мы устаем? От работы, конечно. Но если задуматься, если вспомнить, что же такое мы делали, то далеко не всегда сделанное нами окажется значительным, трудоемким. И тем не менее мы устаем.

А можно ли научиться хлопотать по хозяйству, не слишком при этом уставая, сохраняя бодрость и энергию после работы? Конечно, и силы, и возможности у всех разные. То, что кому-то дается легко и просто, у другого получается не сразу. Значит, надо самой поискать для себя наиболее удобный порядок и способы выполнения той или иной работы. Очень важно понаблюдать за собой, постараться понять, в каких случаях вы устаете быстрее.

Но как бы там ни было, согласитесь, больше всего утомляет нас спешка. Кому из нас незнакома ситуация, когда не закончив одного, мы принимаемся за другое, что-то при этом забываем, что-то упускаем из виду, спустя некоторое время вспоминаем, начинаем все сначала... Чтобы наверстать упущенное время, нервничаем, торопимся. А спешка — в этом не раз пришлось убедиться — никудышний помощник. Не зря, наверное, люди знающие советуют действовать «медленно поспешая», иными словами — делать все быстро, но не суетно, осмотрительно. Лучшее средство против спешки — умение сосредоточиться на

главном, отказавшись от второстепенного, несущественного.

Предположим, вы занялись уборкой ванной комнаты. Помыли стены, дверь, почистили ванну, раковину — и ладно, надо бежать дальше. А вы приостановитесь, посмотрите вокруг себя. Оказывается, зеркало забрызгано зубной пастой, краны покрыты пленкой мыла. Приготовьте моющий раствор, увлажните тряпку и начистите до блеска краны, вымойте мыльницы и стаканчики для зубных щеток, повесьте чистые полотенца. Взгляните на результаты своей работы. Правда, хорошо?! И несмотря на усталость, вы испытаете удовлетворение от сделанного.

Не меньше, чем от спешки, мы устаем от однообразия домашних дел, а также от позы, которую вынуждены принимать во время той или иной работы. Стираем согнувшись, гладим наклонившись, готовим, стоя у плиты или рабочего стола. Трудно бывает потом разогнуться, мышцы затекают. В таком случае полезно переключиться на что-то другое. Устали стирать — оставьте на время стирку, пусть белье полежит в растворе, только лучше потом отстирается. Возьмитесь за работу полегче или за ту, которую можно выполнять сидя. Таких дел в доме немало. Можно, например, поштопать белье. Впрочем, та же самая штопка, если заниматься ею длительное время, также утомительна.

Словом, чтобы сохранить бодрость, активность, старайтесь почаще менять занятия. Какой должна быть их последовательность — решайте сами. Если на работе приходится целый день сидеть у конвейера или за письменным столом, дома лучше больше двигаться. Если на работе пришлость много стоять, придя домой, надо дать отдых ногам, делать, что можно, сидя: гладить белье, чистить и нарезать овощи. Так незаметно и дело сделаешь, и отдохнешь.

Самый большой эффект от такого переключения получается, когда занимаешься любимым делом. Оно обычно не воспринимается как работа. Многие любят готовить, а времени, как ни досадно, хватает лишь на то, чтобы сварить обязательный обед или ужин. Но чтобы отдохнуть — не удивляйтесь! — порой полезно повозиться и приготовить какой-то особенный салат, испечь торт или пирог! А почему бы, к примеру, не отложить на несколько минут уборку квартиры и не

сделать маску для лица, ванночку для рук, накрутить волосы. Это тоже даст ощущение отдыха, позволит расслабиться.

Если переключение на занятие, доставляющее удовольствие, помогает снять усталость, значит, этим приемом можно пользоваться всякий раз, когда какая-то домашняя работа оказывается тяжелой для вас. Поработали — расслабились, снова поработали — снова расслабились.

Все мы, наверное, не раз убеждались в том, что если дело нам нравится, если оно по душе — оно дается легче. От того, с каким настроением мы беремся за работу, зависит не только успех ее, но и то, устанем от нее или нет. И еще. Надо уметь управлять своим рабочим настроением. Никаких «не могу», «мне не справиться», «как это тяжело»... Преграды, которые мы сами перед собой заранее мысленно воздвигаем, на самом деле помешают нам потом справиться с нужной работой. Напротив, надо внушать себе, что предстоящая работа поможет размяться, сбросить лишний килограмм веса, наконец, что результаты будут прекрасными.

Преувеличения тут только на пользу! И придет вдохновение, та самая волшебная легкость, которая помогает сделать, казалось бы, невозможное. Это подтверждает проверенная временем русская поговорка: «Глаза страшатся, а руки делают».

Вероятно, у каждой хозяйки на вооружении немало приемов, которые помогают ей снять усталость, взбодриться, настроиться на хороший лад. Кто-то включает музыку или напевает, занимаясь домашней работой. Кто-то, прервав хлопоты, делает гимнастику, принимает душ. Словом, каждому свое. Важно только найти это «свое», научиться управлять собой, своим настроением, стараться быть организованнее, собраннее.

Нередко хозяйка, увлеченная приготовлением обеда, не замечает, как на столе накапливается гора грязной посуды и разной кухонной утвари. Кончена работа, тут бы отдохнуть, уделить немного внимания себе, да надо приниматься за мытье посуды, уборку кухни. Чтобы такого не случалось, старайтесь организовать работу рационально и четко — тогда у вас останется время для отдыха и устанете меньше.

Предположим, на обед вы готовите борщ. Присту-

пая к чистке овощей, постелите на стол газету или оберточную бумагу. По окончании чистки останется свернуть и выбросить ее с очистками в мусорное ведро. Пока вы занимались овощами, закипел мясной бульон. Понадобилась шумовка, чтобы снять набегающую пену. Сняли и тут же, не откладывая, вымойте шумовку и положите на место, натерли морковь и свеклу — вымойте терку.

Если на второе предполагаются котлеты, то, прокрутив мясо на мясорубке, сразу после использования разберите ее и положите в миску с горячей водой. Теперь можно приняться за подготовку котлетной массы в другой миске. Приступая к разделыванию котлет, положите перед собой кухонную доску для сформованных котлет, не забудьте сполоснуть ее холодной водой, чтобы котлеты не прилипали к доске. Когда котлеты будут сформованы, миску из-под фарша тут же вымойте и опрокиньте на сушилку. Осталось обжарить котлеты. Лучше всего жарить их на хорошо разогретой сковороде на медленном огне — они не подгорят, прожарятся равномерно, приобретут аппетитный румяный вид.

Будьте осторожны

Работая на кухне, следует помнить, что:

раскаленные кастрюли и сковороды нельзя ставить на край стола, чтобы дети не могли их опрокинуть на себя;

холодную воду в перегревшийся чайник нужно наливать осторожно, придерживая его ручку и крышку прихваткой;

пробовать пищу следует длинной ложкой, предварительно дав ей остыть. Нельзя оставлять ложку и вилку в кастрюле или на сковороде, чтобы не нагрелись;

крышку кастрюли, в которой что-либо варится, рекомендуется открывать от себя;

картофель, котлеты нужно класть на раскаленную сковороду осторожно, чтобы не обжечься брызгами жира. Так же осторожно следует опускать продукты в кипящую воду.

Будьте осторожны в обращении с бытовыми электроприборами:

нельзя браться одновременно за кастрюлю, стоящую на электроплите, и за водопроводный кран;

меняя электрическую лампочку, не забудьте предварительно выключить свет;

вода — хороший проводник электричества, потому нельзя мокрыми руками прикасаться к выключателю, розетке, цоколю электролампочки, включенным электроприборам. Недопустимо гладить влажное белье утюгом с поврежденным проводом.

Электроизоляция нарушается, если в помещении, например в ванной или кухне, слишком влажно. Обычно в таких помещениях применяют особые провода. И все-таки из соображений безопасности не рекомендуется устанавливать штепсельные розетки в сырых помещениях.

Нельзя прикреплять к лампочке самодельные бумажные абажуры из газет — бумага может загореться. Проволока и даже веревка, привязанные к электрическим проводам, могут повредить изоляцию и вызвать короткое замыкание.

Уходя из дома, надо обязательно выключать электроприборы.

Категорически запрещается чинить перегоревшие пробки с помощью самодельного «жучка». Пробки ставятся для того, чтобы в случае перегрузки электросети или при коротком замыкании прекратить поступление тока. Толстая же проволока, из которой сделан «жучок», эти перегрузки выдержит, не перегорит, и тогда могут загореться провода.

Ни в коем случае нельзя заливать водой и обрывать руками загоревшиеся провода. Надо немедленно вывернуть пробки, отключить электрический ток. Огонь можно погасить землей, песком, сбить, преградив к нему доступ воздуха.

Производя ремонт в квартире, мы применяем различные краски, масла, лаки, растворители (ацетон, уайт-спирит, скипидар и т. д.). Многие из них летучи и опасны для здоровья. Поэтому перед окрасочными работами следует вывести из квартиры домашних животных, вынести аквариум, комнатные растения, убрать в холодильник или в шкаф продукты, обеспечить проветривание помещений, не курить и не зажигать огня во время работы. После работы надо хорошо вымыть руки и лицо.

Не рекомендуется работать с красками, лаками и растворителями беременным женщинам, кормящим матерям и людям, страдающим хроническими заболеваниями сердца, сосудов, печени, дыхательных путей.

Будьте осторожны и при стирке синтетическими моющими средствами, строго соблюдайте инструкцию по их применению. Не сыпьте порошок «на глазок»: завышенная доза может вызвать аллергическую реакцию, раздражение кожи и даже отравление. Особенно осторожно должны обращаться с синтетическими моющими средствами беременные женщины. Не применяйте для ручной стирки порошки, предназначенные для машинной стирки. И уж ни в коем случае недопустимо использовать их для мытья посуды, головы.

Когда на руках остаются частицы стирального порошка, может возникнуть сухость кожи, зуд, а иногда и воспаление. Если кожа особенно чувствительна, перед стиркой смажьте руки защитным кремом «Силиконовым» или наденьте тонкие резиновые перчатки. Окончив стирку, тщательно вымойте руки с мылом, хорошо сполосните теплой водой, а затем смажьте смягчающим кремом.

Стиральные порошки оседают на тканях. Поэтому после стирки прополощите белье несколько раз в теплой, затем в холодной воде. Изделия из натуральных тканей следует полоскать более тщательно, так как остатки порошка с них удаляются труднее, чем с синтетических.

Осторожно: газ!

В современных квартирах газ — привычное, широко распространенное топливо. Но пользование им связано с необходимостью неукоснительно соблюдать хотя и простые, но обязательные правила безопасности.

Не допускайте утечки газа, которая может произойти по разным причинам. Например:

из-за аварии прекратилась на какое-то время подача газа, пламя в горелках погасло. Их забыли закрыть, и вот газ снова начинает поступать в сеть;

газ понемногу просачивается через неплотные соединения труб сети;

закипевшая жидкость залила пламя (такое часто случается, когда на низкую конфорку ставят кастрюлю с широким дном, бак, таз и т. д.) — этого не заметили;

пламя задул сквозняк;

неосторожным движением открыли кран (чаще всего зацепили за него краем одежды), не обратив на это внимания.

Как видно, во многих случаях утечка газа связана с нашей собственной беспечностью. Поэтому надо стараться этой беспечности не допускать. И очень важно своевременно объяснить это детям, не скрывая, сколь тяжелы могут быть последствия.

В обращении с газом необходима бдительность, привычная и постоянная. Возьмите за правило: вечером перед сном непременно проверять, все ли краны закрыты; то же самое делать, уходя из дома (как бы вы ни спешили!); открывая общий кран, проверьте, все ли краны на плите закрыты.

Если утечка все же произошла, то она может быть распознана довольно быстро — по запаху. В этом случае надо немедленно перекрыть газ, открыть окна и двери (чтобы тщательно проветрить помещение); ни в коем случае недопустимо пользоваться открытым огнем, нельзя включать электроприборы, зажигать свет (гасите, если он горит). Если утечка связана с повреждением газовой сети, немедленно вызовите специалистов!

Обнаружив признаки отравления (головная боль, головокружение, общая слабость, тошнота), в ожидании срочно вызванного врача пострадавшему следует оказать первую помощь: вывести его на свежий воздух, расстегнуть одежду, если она мешает свободному дыханию. В более тяжелых случаях (обмороки, потеря сознания) нужно воспользоваться нашатырным спиртом (ватку, смоченную спиртом, подносят — не прижимая — к носу), побрызгать на лицо холодной водой, сделать искусственное дыхание, дать крепкого чая. И ни в коем случае не позволять засыпать!

Серьезную опасность представляет газовый хлопок — «мини-взрыв». Он может произойти в результате неумелого обращения детей с газовыми приборами (особенно с духовкой и водонагревателем, так как объем поступающего на горелки газа в этих приборах

значителен): ребенок открывает кран горелки и только тогда принимается чиркать спичкой — раз, два; наконец, спичка загорается, ребенок подносит ее к горелке — раздается сильный хлопок. Тут недалеко до серьезного ожога. Отсюда вывод: открывать кран следует только после того, как горящая спичка поднесена к горелке! Зажигать горелку духовки надо не спичкой — заранее приготовьте для этой цели бумажный жгут.

Не меньшую опасность представляет неполное сгорание газа, следствием которого может явиться отравление. Происходит это либо из-за того, что газовый прибор плохо отрегулирован в (данном случае не обойтись без мастера), либо потому, что в помещение нет притока свежего воздуха. То, что газ сгорает не полностью, можно определить по пламени: оно не синее, а желтое или желто-красное.

Следует помнить также, что опасность представляет и само пламя сгорающего газа. По этой причине нельзя ничего вешать над плитой; нельзя, торопясь поскорее привести в порядок вымытую голову, сушить над газом волосы — всегда помните о том, что вы зажгли газ. Молоко убежит, чайник выкипит, картошка сгорит — и каждая из этих на первый взгляд безобидных мелочей может обернуться серьезными неприятностями.

Домашний доктор

Кому из нас не приходилось оказывать первую доврачебную помощь, ухаживать за больными родственниками, самостоятельно выполнять процедуры, назначенные врачом. Всегда ли правильно мы их выполняем, всегда ли способны оказать необходимую помощь пострадавшему? А ведь это должен уметь делать каждый.

Обморожение. Обмороженный участок кожи становится белым, теряет чувствительность. На этом участке нужно прежде всего восстановить кровообращение. Для этого больного следует отвести в теплое помещение, растереть обмороженный участок ваткой, смоченной камфорным или борным спиртом либо одеколоном. Если ни того ни другого нет, разотрите

обмороженное место рукой, чистым носовым платком, но не снегом и не перчаткой: снегом легко повредить кожу, а перчатка может быть грязной.

Обмороженные пальцы ног и рук нужно растирать по направлению к туловищу, затем опустить в чуть теплую воду. Постепенно доливая теплую воду, доведите ее температуру до +37, +38 °С. После ванночки помассируйте обмороженные участки мягким полотенцем или рукой, смажьте каким-либо кремом, наложите стерильную повязку и напоите больного чаем.

Все эти процедуры дадут эффект только в том случае, если проделать их сразу. Если же время упущено и появились краснота, волдыри, делать массаж и теплую ванночку нельзя. В этом случае на поврежденные места накладывают повязку и немедленно вызывают врача.

Термический ожог (от огня, кипящей воды, жира и т. п.). При небольшом ожоге (покраснении кожи) подставьте его под струю холодной воды и подержите до стихания боли, затем смажьте пораженный участок спиртом или одеколоном, не накладывая повязки. Место ожога обрабатывайте несколько раз в день лечебными аэрозолями («Винизоль» и др.).

При сильных ожогах и образовании пузырей наложите на них стерильную повязку (бинт или проглаженную утюгом чистую ткань), вызовите на дом врача, давайте чаще пить.

Если обожжена рука или нога, с потерпевшего следует немедленно снять рубашку, носок или осторожно, стараясь не проколоть волдыри, разрезать рукав, носок. На ожог наложите стерильную повязку. Ни в коем случае нельзя посыпать ожог крахмалом, мукой, смазывать жиром, так как можно занести инфекцию.

Особенно тяжелые ожоги получает человек, когда на нем горит одежда. В этом случае нужно немедленно погасить пламя, окутав потерпевшего одеялом, пальто, плащом. Если загорелась одежда, надо стараться не бегать, при беге огонь распространяется быстрее. Нельзя раздевать потерпевшего, снимать обгоревшие части одежды, прокалывать волдыри. Нужно закутать его в чистую простыню и срочно вызвать скорую помощь.

Если на кожу попала концентрированная кислота (кроме серной), сразу же промойте пораженный участок под струей воды в течение 15—20 минут. Если вы обожглись серной кислотой, то использовать воду нельзя: эта кислота при взаимодействии с водой выделяет тепло, которое лишь усугубляет ожог. Место, обожженное серной кислотой, промывают щелочным раствором (вода с мылом или раствор пищевой соды — чайная ложка на стакан воды). Можно посыпать ожог мелом или магнезией.

Ожоги, вызванные щелочными веществами, нужно промыть под струей воды, затем осторожно с помощью ватки смочить раствором уксуса — чайная ложка на стакан воды, после чего наложить стерильную повязку и обратиться к врачу.

Если вы не сильно обожглись паром, подставьте обожженное место под струю холодной воды. Если ожог более тяжелый, наложите на него чистую тряпочку, смоченную в спирте, одеколоне или растворе марганцовокислого калия и перевяжите.

Кровотечение. Очень опасно артериальное кровотечение, когда кровь «бьет фонтаном». В этом случае нужно наложить выше раны тугой жгут (можно использовать закрученное жгутом полотно), а на рану — стерильную повязку и немедленно вызвать врача.

Если повреждена вена, то кровь — темного цвета и течет медленно. Раненую руку или ногу больного следует поднять вверх и наложить тугую повязку. Вызвать врача.

Небольшие раны. Если вы порезали палец, необходимо смазать ранку йодом и перевязать стерильным бинтом.

Если укололи палец рыбьей костью и место укола покраснело, смажьте его йодом или зеленкой и перебинтуйте. Чтобы избежать подобной неприятности, перед тем, как чистить рыбу, надо срезать у нее ножницами плавники.

Ребенок поцарапал колено. Прежде чем смазать ранку йодом или крепким раствором марганцовокислого калия, промойте ее кипяченой водой с мылом, чтобы не осталось грязи. Даже незначительная царапина может стать причиной тяжелого заболевания,

например столбняка. Чтобы этого не случилось, покажите ребенка врачу.

Ушиб. На место ушиба надо сразу же положить холодный компресс на 15—20 минут. Затем снять его, а ушибленное место туго перебинтовать.

Опасен ушиб головы. Если человек хоть на 1—2 секунды потерял сознание, если появились тошнота, рвота, головная боль, можно предполагать сотрясение мозга. В этом случае больного укладывают на кровать без подушки, на голову кладут пузырь со льдом.

При легком сотрясении больной минут через 15 начинает чувствовать себя хорошо. Но состояние это нередко бывает обманчивым. Поэтому ни в коем случае не позволяйте ему вставать до прихода врача.

Вывих. Его можно определить по измененному контуру сустава. При малейшем движении боль резко обостряется. Сустав распухает, кожа вокруг синеет. Вправлять вывих самим категорически запрещается. Нужно как можно быстрее обратиться к врачу. До его прихода не двигаться, лежать в постели.

Разрыв или растяжение связок. Вы случайно подвернули ногу — появилась острая боль, нога тут же опухла, возможно внутреннее кровотечение. Поэтому следует сразу лечь, под ногу подложить подушку, на ногу наложить крестообразную повязку, которая ограничивает движения.

Если подобным образом пострадала рука, ее продевают в косынку, подвязанную к шее. В первый день рекомендуются холодные компрессы — они уменьшают боль, в последующие — согревающие.

Перелом. При переломе человек испытывает сильные боли, особенно во время движений. Как правило, заметна деформация переломанной конечности.

Рука или нога при переломе должна находиться в состоянии полной неподвижности, что предупреждает перемещение костных осколков, а также уменьшает боль. Неподвижность обеспечивается наложением шины. Вместо шины можно использовать зонт, лыжу, доску, кусок фанеры, палку, которые накла-

дываются прямо на одежду или обувь. Чтобы не причинять пострадавшему лишнюю боль, под шину и с особой тщательностью у места перелома и суставов следует положить вату или мягкую ткань. Если под рукой нет перевязочного материала, привяжите шину ремнем, полотенцем, косынкой, несколькими связанными вместе платками.

Шину нужно наложить так, чтобы зафиксировать не менее двух суставов (выше и ниже перелома). Если перелом только подозревается, шина все равно не помешает.

Если перелом открытый, то есть на месте его видна рана, нужно разрезать одежду, остановить кровотечение, наложить стерильную повязку и только после этого — шину.

При переломе бедра накладывают две шины — одну с внутренней стороны ноги, другую — с наружной вдоль туловища, до подмышечной впадины.

При любом переломе после оказания первой помощи необходимо срочно вызвать скорую помощь или отвезти пострадавшего в больницу.

Укусы пчел, осы, шмеля. На месте укуса пчелы сразу же появляется беловатого цвета воспаленное пятно, окруженное красным ободком. Иногда наблюдаются рвота, головокружение, учащается пульс.

Прежде всего следует пинцетом или иглой удалить из ранки жало. Затем промыть ранку раствором нашатырного спирта (1 часть на 5 частей воды) или слабым раствором марганцовокислого калия либо соленой водой (столовая ложка соли на стакан воды). Положить холодный компресс.

Если место укуса опухло и жжет, можно принять 1—2 таблетки димедрола (супрастина, пипольфена). Если состояние не улучшится, обратитесь к врачу.

Как снять острую боль.

В сердце. Необходимо сразу сесть или лечь, положив под язык таблетку нитроглицерина или валидола. Ни в коем случае нельзя работать, ходить.

В животе. Почувствовав острую боль, нужно лечь, положить на живот холодный компресс или пузырь со льдом. Нельзя класть грелку, ставить клизму, принимать слабительные, болеутоляющие препараты.

Головная боль. Следует лечь, принять таблетку (анальгин, цитрамон). Нельзя прикладывать грелку, принимать снотворное, транквилизаторы (седуксен, элениум и т. д.).

При постоянных головных болях необходима консультация врача.

Кроме назначенных им лекарств, можно воспользоваться народными рецептами.

Столовую ложку травы зверобоя залить стаканом кипятка, кипятить 15 минут, процедить. Пить по $^1/_4$ стакана 3 раза в день.

Сок свежего картофеля по $^1/_4$ стакана пьют при систематических головных болях.

Чайную ложку измельченного корня девясила высокого залить стаканом холодной воды, настаивать 10 часов, после чего процедить. Пить по $^1/_4$ стакана 3 раза в день за полчаса до еды.

Свежий сок черной смородины пить по $^1/_4$ стакана 3 раза в день при сильных головных болях.

Головную боль помогут снять горячие (но не слишком) ручные и ножные ванны.

Прекращению мигрени способствует ежедневное употребление во время еды 1 чайной ложки меда с 1 чайной ложкой яблочного уксуса.

Как снять нервное перенапряжение.

Утром и вечером принимать по 30—50 г меда с добавлением чайной ложки маточного молочка.

Измельченные корни валерианы лекарственной (1 столовую ложку) заливают в термосе стаканом кипятка и оставляют на ночь. При повышенной возбудимости выпивают настой в три приема по $^1/_3$ стакана. Однако принимать валериану более 2 месяцев нельзя, так как могут появиться головные боли, нарушение деятельности желудочно-кишечного тракта.

Сухую измельченную траву зверобоя продырявленного (3 столовые ложки) залить стаканом кипятка, настаивать 2 часа. Принимать по $^1/_3$ стакана 3 раза в день после еды.

Бессонница. Причины расстройств сна бывают разные. Установить их может только врач. Однако иной раз нелишне будет воспользоваться следующими советами.

Для быстрого засыпания необходимо: перед сном проветрить комнату, принять душ, ложиться спать в одно и то же время.

Весьма эффективны хвойные ванны или ванны с настоем календулы, мяты, душицы, мелиссы (50 г каждой из трав). Принимать ванну надо в течение 10 минут 5—7 раз, через день.

Сухие измельченные шишечки хмеля (2 столовые ложки) насыпать в мешочек из неплотной ткани, зашить его и положить под подушку.

Стакан горячего молока или воды со столовой ложкой меда, выпитый вечером за час до сна, помогает расслабиться и быстро уснуть.

Сухие измельченные шишечки хмеля (2 чайные ложки) залить стаканом кипятка, настоять, укутав, 4 часа, процедить и выпить на ночь.

Смазать лавандовым маслом виски и 3—5 капель лаванды капнуть на кусок сахара и сосать перед сном.

Уход за больным.

Часто врач наряду с лекарствами назначает больному некоторые процедуры. Чтобы выполнить их, в каждом доме должны быть: градусник, грелка, банки, клизма, вата, бинт, пергаментная бумага, горчичники, спирт, вазелин, одеколон и пр.

Измерение температуры. Перед каждым измерением температуры градусник надо протирать спиртом или одеколоном и, если уровень ртути выше 36 °С, встряхивать. Обычно температуру измеряют два раза в день — утром и вечером. Градусник, помещенный в подмышечную впадину, плотно прижимают рукой. Чтобы он был неподвижен, нужно согнуть в локте руку больного и положить ее на грудь.

В ы с о к а я т е м п е р а т у р а. Значительное повышение температуры тела в большинстве случаев указывает на то, что организм борется с инфекцией и что более активно действует его защитная система.

Основным лечебным средством при высокой температуре является *длительный компресс* на туловище. При этом благодаря избытку тепла в организме нагревание тела под холодным компрессом происходит без каких-либо затруднений даже без предварительного разогрева. Напротив, действие компресса оказывается приятным и освежающим. Держат ком-

пресс в среднем 2 часа, причем накладывать его можно в течение дня до трех раз, соблюдая необходимые паузы. Если больной заснет с компрессом, то сменить его следует только после пробуждения. При наличии местного воспалительного очага, расположенного вне компресса, на него накладывают дополнительный компресс:при ангине — на шею, при воспалении среднего уха — на шею и уши, при остром воспалении вен — на икры или ноги.

Сняв компресс, надо сделать холодное обмывание с помощью полотенца или губки, обильно смоченных водой, затем растереть сухим полотенцем.

Длительные компрессы с последующим холодным обмыванием весьма эффективны при высокой температуре.

На первой стадии повышения температуры, когда больного знобит, облегчение приносят ножные ванны (ступней или до бедер) с постепенно повышающейся температурой, а также грелки, положенные к ступням и с внешней стороны ног. Компресс же можно накладывать только после того, как больной полностью разогрелся.

При повышенной температуре рекомендуется обильное питье: разбавленные или натуральные фруктовые соки, морсы, компоты.

Улучшить самочувствие при высокой температуре помогают неоднократные полоскания рта настоем ромашки или шалфея.

Сухой компресс. Чтобы предохранить поврежденное место от грязи, внешних раздражений, накладывают сухой компресс — несколько слоев стерильного бинта и ваты.

Согревающий компресс. Его назначают, если необходимо вызвать на длительное время расширение кровеносных сосудов: при ангине, бронхите, воспалении суставов, длительных спазмах кровеносных сосудов и мышц и др. Согревающий компресс можно наложить на любой участок тела — на шею, грудь, живот, на руки, ноги.

Марлю для компресса сложить в 4—8 слоев (полотно — в 2—3 слоя), намочить в воде комнатной температуры, хорошенько отжать и положить на соответствующий участок тела (в зависимости от болезни).

Чтобы усилить действие компресса, марлю или

полотно смачивают в спирте, разбавленном наполовину водой. Компресс покрывают клеенкой или пергаментной бумагой. Для сохранения тепла поверх пергамента кладут вату, фланелевую салфетку или шерстяной платок. Кроме того, компресс следует забинтовать, чтобы он не сползал.

Если вата или клеенка не закрывают полностью влажную марлю или повязка слишком свободная, вода быстро испаряется и место под компрессом охлаждается. Если же компресс сделан правильно, то после использования он остается теплым и влажным. Компресс накладывают на ночь, снимают спустя 8—12 часов, а через час заменяют новым.

Чтобы не появился зуд, сняв компресс, протрите кожу одеколоном.

Согревающие компрессы не рекомендуются больным с кожными заболеваниями, особенно гнойничковыми.

Горячий компресс. Его назначение — расширить кровеносные сосуды, вызвать прилив крови к больному месту, устранить мышечные спазмы и боль. Накладывают его при мигренях, кишечных, почечных, печеночных коликах, при ушибах (но только на второй день после получения травмы).

Для компресса кусок марли или полотна складывают в несколько слоев, смачивают в горячей воде (60—65 °С), быстро отжимают и кладут на определенный участок тела, накрывают клеенкой (полиэтиленом), затем ватой или шерстяным платком. Горячий компресс меняют через каждые 5—10 минут.

Холодный компресс. Его назначают для сужения кровеносных сосудов. Кроме того, он обладает противовоспалительным и успокаивающим свойствами, так как уменьшает прилив крови.

Холодные компрессы оказывают благоприятное действие при головных болях, вызванных приливом крови к мозгу или высокой температурой, а также при кровотечениях: желудочно-кишечных, носовых, внутриматочных. А еще они помогают при острых воспалительных процессах сразу после травмы, ушибах, вывихах и др. В воду можно добавить уксус (2 столовые ложки на 0,5 л воды).

Несколько полотенец, сложенных в четыре слоя, поочередно замачивают в холодной воде со льдом, хорошенько отжимают и накладывают на больное

место. Меняют каждые 2 минуты в течение 1—2 часов, пока больному не станет легче. Холодный компресс не нужно бинтовать.

Холодный компресс может быть заменен резиновым пузырем со льдом или снегом. Его преимущество перед компрессом в том, что он не нагревается до тех пор, пока полностью не растает лед или снег. После этого воду сливают, а пузырь вновь заполняют и слегка отжимают руками, чтобы выпустить воздух, затем герметично закрывают.

Горчичники. Замечательное свойство горчичников — быстро расширять кровеносные сосуды, усиливая тем самым прилив крови. Назначают горчичники при бронхите, пневмонии, невралгических болях, при кашле и насморке. Их применяют также для кровоотвлечения, утоления боли. Кладут их только на здоровую кожу (без угрей, царапин, сыпи). Делают это обычно перед сном.

Людям с повышенной чувствительностью кожи, а также детям под горчичники на тело кладут смоченную в теплой воде бумагу. Горчичники погружают в воду, нагретую до температуры 40—45 °С, быстро раскладывают поверх бумаги и накрывают махровым полотенцем или теплым платком. Снимают через 5—15 минут, когда кожа покраснела. После этого кожу обмывают теплой водой, вытирают досуха и смазывают вазелином (кремом для сухой кожи или прокипяченным холодным растительным маслом), если она раздражена.

Срок годности горчичников — 8 месяцев. В случае необходимости можно изготовить их и дома. Для этого нужно смешать столовую ложку горчичного порошка и столько же пшеничной муки или крахмала, добавить немного воды, приготовить кашицу. Для маленьких детей пропорция иная: столовая ложка горчицы и 2—3 столовые ложки муки или крахмала. Нарезать полотно или бумагу на прямоугольники размером 8×12 см. Нанести кашицу толстым слоем на лист нарезанной бумаги и накрыть другим.

При различных воспалительных процессах назначаются горчичные компрессы. Готовят их следующим образом. 2 столовые ложки горчичного порошка растворить в литре воды и процедить через марлю, сложенную в три слоя. Кусок марли или ткани смочить в полученном растворе, слегка отжать, наложить на

соответствующий участок тела, накрыть клеенкой или полиэтиленом, сверху — полотенцем или одеялом. Компресс снимают, когда появляется жжение, но держать его следует не более 10—12 минут. После компресса кожу нужно промыть теплой водой, вытереть насухо, смазать питательным кремом. Больного укрыть.

При насморке рекомендуется насыпать горчичный порошок в шерстяные носки и надеть их на ночь. Эта процедура противопоказана, если на ногах есть царапины и другие повреждения.

Для ног или для рук иногда назначают горчичные ванночки. Для этого в полотняный мешочек надо насыпать 1—2 столовые ложки горчичного порошка. Мешочек погрузить в теплую воду, затем несколько раз отжать (пока не выступит содержимое) и опустить ноги (руки) в раствор на 10—12 минут. После процедуры руки и ноги нужно сполоснуть теплой водой, вытереть насухо, после чего лечь в постель и тепло укрыться.

Грелка. Грелки бывают резиновые и электрические. В резиновые наливают воду, нагретую до 50—60 °С. Перед тем как класть грелку, обязательно проверьте, не течет ли она.

Электрогрелка нагревается с помощью электричества, температуру ее можно регулировать.

Резиновую грелку нельзя класть на голое тело, ее следует завернуть в полотенце или положить поверх одеяла, а по мере охлаждения — на простыню или рубашку.

Грелка может ускорить кровотечение. Поэтому при любых кровотечениях, менструации пользоваться грелкой нельзя. Противопоказана она и при неопределенных болях в животе — это может оказаться аппендицит или другой воспалительный процесс, который под воздействием тепла усугубляется.

Грелку нужно периодически снимать, чтобы проверить состояние кожи.

Банки. Действие их основано на отрицательном давлении, которое возникает в банках в результате сгорания кислорода.

Если банки поставлены правильно, кожа всасывается в них на глубину 1—3 см. Происходит быстрый приток крови, расширяются кровеносные сосуды, некоторые капилляры лопаются. На месте банки из-за

небольшого внутреннего кровотечения образуется красное пятно — синяк.

Банки вызывают приток крови не только к коже, но и к близлежащим тканям. Этим объясняется болеутоляющее действие процедуры.

10—15 банок ставят на спину или грудную клетку и только на здоровую кожу. Нельзя ставить банки на молочные железы, позвоночник и область сердца.

Прежде чем ставить банки, следует слегка смазать кожу вазелином, чтобы они лучше присосывались. Конец длинного металлического прута оборачивают ватой и обмакивают в спирт (одеколон, эфир), встряхивают и зажигают. Быстро вводят пламя в хорошо промытую и вытертую досуха банку, делая при этом круговые движения, как бы смазывая банку изнутри, но не прикасаясь пламенем к ее краям, чтобы не вызвать затем ожог кожи. Вынув прут, банку быстро ставят на тело. Поставив все банки, больного тщательно укрывают.

Продолжительность процедуры указывает врач. Банку снимают, слегка наклонив ее и нажав пальцем на кожу у края. После окончания процедуры кожу необходимо протереть чистым сухим полотенцем и укрыть больного.

Ингаляция. Эту процедуру, назначаемую врачом при заболеваниях легких и верхних дыхательных путей, часто приходится делать в домашних условиях.

Наиболее распространенная и простая ингаляция — паровая. В кастрюлю наливают 2 стакана воды, доводят до кипения, добавляют 20—40 капель назначенного лекарства. Из плотной бумаги надо свернуть воронку и широкой ее стороной накрыть кастрюлю. Больного сажают на расстоянии 20—40 см от ингалятора. Через узкую часть воронки он будет вдыхать пары. Есть и другой способ: накрыть голову (и кастрюлю тоже) большим полотенцем или простыней и вдыхать пары в течение 10—15 минут.

В аптеке можно приобрести удобный портативный ингалятор, с помощью которого вдыхают жидкие лекарственные препараты. Чайную ложку лекарства наливают в резервуар пульверизатора. Капсулу берут в рот. Препарат распыляется мельчайшими капельками. Такая процедура длится 5 минут.

С помощью этого ингалятора можно делать также

5—10-минутные масляные ингаляции. Для этого в резервуар наливают 2 чайные ложки масла: подсолнечного, оливкового или эвкалиптового.

Тепловлажная ингаляция делается в течение 5 минут путем вдыхания влитого в распылитель раствора пищевой соды (чайная ложка на стакан теплой кипяченой воды). Сода может быть заменена минеральной водой (боржоми, ессентуки № 17, № 18) либо морской водой. Растворы или минеральную воду нужно подогреть до 35—40 °С. Резервуар распылителя предварительно нагревают, обдав его горячей водой.

Во время ингаляции нельзя разговаривать, читать; дышать нужно спокойно, без напряжения. Больным, страдающим заболеваниями бронхов, трахеи, гортани, рекомендуется дышать глубже, выдох немного задерживать, выдыхать через нос.

Ингаляцию нельзя делать сразу после еды или физического напряжения. По окончании процедуры нужно отдохнуть 10—15 минут, лучше лежа, а выйдя на улицу, дышать через нос.

Глазные капли, мази. Прежде чем закапать лекарство, необходимо прокипятить пипетку в течение 10 минут. Затем вытряхнуть из нее воду и набрать капли. Больной должен сидеть, откинув голову назад, глядя вверх. Пальцами левой руки следует оттянуть у него нижнее веко, а правой — закапать 1—2 капли, не прикасаясь пипеткой к глазу, после чего отпустить веко. Если вы закапали больше, чем нужно, лишнее лекарство стечет. Ватными тампонами (каждый глаз — чистым тампоном) протрите глаза в направлении от края к носу.

Для лечения глаз используют также различные мази. Наносят их специальной стеклянной лопаткой, которую можно купить в аптеке. Перед употреблением лопатку кипятят в течение 10 минут. Левой рукой оттягивают нижнее веко и лопаткой наносят мазь на его внутреннюю часть. После этого больной должен закрыть глаз, который с помощью ватного тампона слегка массируют, чтобы мазь равномерно распределилась по поверхности глазного яблока. Затем, обернув конец лопатки или спичку гигроскопичной ватой, смазывают мазью края век. Если мазь находится в специальных тюбиках с узким горлышком, можно пользоваться ею прямо из тюбика.

Ушные капли. При заболеваниях ушей часто применяют капли. Закапать их в ухо не сложно, и больной в состоянии сделать это сам.

Ватным тампоном следует прочистить ухо. Затем пипеткой, промытой в растворе борной кислоты (чайная ложка на стакан кипяченой воды), накапать нужное количество капель. Лекарство перед употреблением обязательно подогревают, поставив бутылочку в кружку с горячей водой. Холодные капли раздражают вестибулярный аппарат и могут вызвать головокружение, рвоту.

После процедуры пипетку промывают теплой кипяченой водой. Хранят ее в футляре или стакане, накрытом марлевой салфеткой.

Чтобы закапать капли в ухо, больной должен лечь на правый бок, левой рукой оттянуть за мочку ушную раковину назад и вниз (у детей), назад и вверх (у взрослых), правой рукой закапать лекарство, оставив его на 10—15 минут. Затем лекарство из уха удаляют: ухо накрывают ватой, склоняют голову набок и протирают ухо ватным тампоном. После процедуры больной должен немного полежать. Закрывать ухо ватой после закапывания нужно только по назначению врача.

Клизма. С помощью этой процедуры производится очищение толстого кишечника. В кружку Эсмарха — стеклянную или резиновую — наливают 4—5 стаканов кипяченой воды (36—38 °С). Больного укладывают на клеенку на левый бок и поджимают ноги к животу. В такой позе хорошо расслабляются мышцы живота, и вода легко проходит в кишечник. Кружку Эсмарха подвешивают, открывают краник на резиновом шланге и выпускают немного воды в таз для того, чтобы вместе с водой вышел воздух. Затем краник закрывают. Пластмассовый наконечник шланга смазывают вазелином или глицерином и вводят в прямую кишку медленными круговыми движениями на глубину 10 см. Первые 3—4 см его направляют в сторону пупка — вверх и вперед, затем — параллельно подвздошной кости. Когда он доходит до прямой кишки, кран открывают. Если у больного появились болевые ощущения, наконечник немного опускают или прекращают подачу воды.

После процедуры больной должен лечь на спину и постараться на несколько минут задержать воду

в кишечнике. Если клизма не дала результатов, ее повторяют спустя 2—3 часа.

Более сильное действие оказывает клизма с водой, в которой растворены 2—3 столовые ложки поваренной или английской соли, 2—3 столовые ложки глицерина, касторового или подсолнечного масла. Иногда применяют и мыльный раствор: на 4—5 стаканов воды добавляют чайную ложку хорошо измельченного «Детского» или «Банного» мыла. Никакое другое мыло для клизм не рекомендуется.

Клизмы с раствором поваренной или английской соли делают с помощью специальной груши и только по назначению врача.

При длительных запорах хороший эффект дают масляные клизмы с использованием подсолнечного, льняного, оливкового, вазелиного масла (5 столовых ложек). Для детей достаточно $2—2^1/_2$ столовых ложек. Масло нагревают до 37—38 °C в бутылочке, поставив ее в емкость с горячей водой.

Клизму делают с помощью груши, имеющей эбонитовый наконечник длиной не более 10 см. Детям до 5 лет клизмы делают только с помощью маленькой резиновой груши. Перед использованием грушу и наконечник кипятят. Раствор вводят медленно. Результаты сказываются через 10—12 часов, поэтому такую клизму рекомендуется делать на ночь.

Следует помнить, что клизмы противопоказаны больным с ущемлением геморроидальных узлов, воспалением слизистой оболочки прямой кишки, язвой желудка, сердечно-сосудистой недостаточностью, острым аппендицитом, перитонитом, желудочно-кишечным кровотечением, а также больным, недавно перенесшим операцию органов, расположенных в брюшной полости.

Медицинские свечи. Применяются только по назначению врача: при геморрое, трещинах прямой кишки — «Анестезол», «Анузол», «Бетиол», «Антисептические», «Ихтиоловые», при запорах — «Глицериновые». Хранить свечи следует в холодильнике или другом прохладном месте в течение года. Если свеча стала мягкой, перед использованием опустите ее вместе с оберткой в холодную воду на 1—2 минуты.

Как применять свечи? Коротко остригите ногти, хорошо вымойте руки. На указательный палец пра-

вой руки наденьте резиновый напальчник, предварительно промытый водой с мылом. Лягте на левый бок, ноги подожмите к животу. Указательным пальцем правой руки глубоко, на $^2/_3$ пальца, введите свечу открытым концом в задний проход. Ягодицы сожмите и полежите 5—10 минут. После дефекации надо подмыться теплой кипяченой водой с мылом. Если кожа вокруг геморроидальных узлов раздражена, следует смазать ее другой размягченной свечой.

Если одни и те же свечи применять шесть-восемь недель подряд, организм привыкает к ним, они не дают желаемого результата.

При запорах нельзя часто употреблять свечи. Длительное их использование расслабляет нервно-мышечный аппарат кишечника, что ухудшает состояние больного.

Людям, страдающим глаукомой, нельзя пользоваться свечами «Анузол» и «Бетиол», содержащими белладонну.

Как долго, как часто и в каком количестве больной может применять медицинские свечи, решает только врач.

Запомните — пригодится

Нельзя собирать мелкие осколки стекла руками. Лучше воспользоваться смоченным в воде ватным шариком — это удобно и безопасно. Или же сделать шарик из оконной замазки, пластилина и покатать его по месту, где лежат осколки. Он вберет в себя все, даже невидимые глазу осколочки.

Если дома разбился термометр, с помощью щетки на кусочек бумаги следует осторожно и тщательно собрать крупинки ртути и закопать их поглубже в землю. После этого надо хорошо вымыть руки и проветрить помещение. Ни в раковину, ни в унитаз выбрасывать ртуть нельзя.

Веники становятся прочными и не ломаются, если их предварительно замочить на 2—3 ч в горячей подсоленной воде, а после каждого употребления мыть горячей водой и высушивать в висячем положении. Если веник растрепался, подержите его несколь-

ко минут над кастрюлей с кипящей водой, и он станет как новый. Чтобы веник дольше служил, нужно перевязать его в нижней части бечевкой и натянуть на него капроновый чулок, привязав в верхней части к венику.

Чтобы при стирке в стиральной машине не отрывались пуговицы, надо предварительно застегнуть одежду на все пуговицы и вывернуть вещь наизнанку.

Пыльные электрические лампочки дают на 50 % меньше света, чем чистые. Вот почему их следует регулярно протирать тряпочкой, смоченной мыльным раствором, в который добавлено немного нашатыря. После этого насухо вытереть чистой фланелью.

Чтобы язычок ботинка не сползал в сторону, у верхнего края его прорезают две дырочки. Края их закрепляют обувными блочками или клеем БФ. Продетый через эти дырочки шнурок будет удерживать язычок на месте.

Концы шнурков от ботинок или туфель с оторванными металлическими пистонами можно смазать лаком для ногтей.

Щетку для обуви время от времени рекомендуется промывать раствором нашатыря. Бархатную тряпочку, которой наводится глянец на обуви, следует стирать в мыльной воде с добавлением нашатыря.

Если на чулке спустились петли, можно закрепить их, не дав распускаться дальше, если капнуть на чулок немного лака для волос.

Если чулок «поехал», не спешите покупать новую пару. Наверняка таких одиночных чулок накопилось немало. Следует устроить им «ревизию» и подобрать пары почти одинаковых — толстых или тонких с похожей формой пятки. Если они немного различаются по цвету, можно покрасить их препаратом «Элегант». Одного пакета достаточно на 4 пары капроновых или 2 пары эластичных чулок. Интенсивность окраски в значительной степени зависит от продолжительности крашения.

Обычными портновскими ножницами можно быстро нарезать зеленый лук, срезать плавники у рыбы. Для разделки утки или курицы удобнее использовать секатор.

Если бочонок с квашеной капустой дал течь, отверстие заделывают специально приготовленной смесью: сжигают кусок хлопчатобумажной ткани, собирают золу и смешивают ее с таким же количеством просеянной древесной золы и столовой ложкой разогретого жира.

Из старых капроновых чулок можно сделать мочалку и, смочив ее в холодной воде, до блеска вымыть зеркало, стеклянную и хрустальную посуду. Фарфоровая, алюминиевая и эмалированная посуда, даже очень жирная, также отлично отмывается и блестит, если ее слегка потереть намыленной капроновой мочалкой.

Предназначенную для шитья ткань прежде всего необходимо выровнять по срезам (так, чтобы кромки были одной длины), затем замочить в горячей воде. Выкручивать ткань не следует, достаточно завернуть ее в махровое полотенце и подержать так, пока она не высохнет. Затем снова сровнять длину кромок. Для этого отрез складывают по ширине вдвое и, если обнаружится перекос, слегка потягивают в четыре руки за концы кромок. Подсушивают в тени, зимой — в помещении, на туго натянутой веревке. При этом отрез должен быть сложен вдвое по длине и висеть ровно. Можно использовать для этой цели вешалки для брюк, нужно только равномерно присобрать ткань в зажиме — при такой сушке она не вытягивается. Гладить ее лучше влажной, с изнанки, по долевой нитке.

Когда шьют на машине что-либо из очень тонкого материала (шифона, жоржета, крепдешина, трикотина), рекомендуется подложить под материал кусочек тонкой белой бумаги. Так гораздо удобнее шить, да и строчка будет аккуратнее.

Если швейная машина не берет резину или пластик, достаточно потереть свечой те места, где дол-

жны пройти стежки, тогда машина безотказно прошьет их.

Ворсистую нитку можно легко продеть в отверстие иголки, если смочить ее бесцветным лаком для ногтей или потереть воском.

Чтобы вдеть капроновую нить в ушко иголки, надо скрутить ее с обычной ниткой.

Шерстяную нитку легко вдеть в ушко иголки, если конец смазать мылом.

Толстый материал легче шить, если смазать иголку мылом.

Нитки для шитья всегда подбирают немного темнее ткани, так как на катушке они кажутся более темными, чем на ткани.

Распоротую шерстяную вещь можно почистить хлебной корочкой.

Воск делает нитку прочнее, а пуговицы, пришитые навощенной ниткой, дольше не отрываются.

Юбку лучше вешать на вешалке с двух сторон на крючки, чтобы она не мялась и не теряла форму.

Черную поблекшую ткань не обязательно перекрашивать — ее можно освежить гущей черного кофе. Тщательно очистите ткань от пыли и почистите крепким кофе, процеженным сквозь сито. Вместо кофе можно взять табачную воду (на 1 л воды 15 г табака). Раствор вскипятить, остудить и обработать им ткань — она будет как новая.

Пуговицы с отверстиями (четырьмя или двумя) пришивают крест-накрест или параллельно.

Если материал толстый, пуговицы не следует пришивать слишком плотно. Необходимо оставить небольшой промежуток между пуговицей и тканью, чтобы петля не деформировалась. Для этого нужно сделать из ниток нечто вроде ножки. Положите на пуговицу 2 спички и при пришивании пропускайте нитки поверх них. Закончив работу, выдерните спич-

ки и оттяните пуговицу от материала. Нужно несколько раз туго обернуть нитку вокруг ножки.

Пришивая пуговицу к кожаному или меховому пальто, положите между ней и тканью тонкую бумагу. Когда пуговица будет пришита, бумагу вынимают.

Чтобы металлические пуговицы не теряли блеска, их нужно покрыть бесцветным лаком для ногтей, подложив под них картонку или бумагу.

Иголки, булавки, спицы не будут ржаветь, если в коробку, где они хранятся, насыпать немного муки. Если ржавчина все же проступила, нужно воткнуть иголки на некоторое время в мыло — они станут чистыми.

Если прикрепить небольшой магнит ко дну металлической коробки, где хранятся иголки и булавки, то они никогда не рассыплются.

При вязании то и дело приходится браться за сантиметровую ленту. Она не понадобится, если нанести лаком для ногтей на одну из вязальных спиц деления на сантиметры.

Распуская вязаную кофту, можно выпрямить пряжу, не стирая ее. Для этого шерсть наматывают на прямоугольник из плотного картона или фанеры и пропаривают через мокрую тряпку сильно нагретым утюгом. Минут через 10—15 нитки просохнут, можно смотать их в клубок и начинать вязать.

Если шерстяные нитки, из которых вы собираетесь вязать вещь, очень темного цвета, их можно сделать светлее с помощью пищевой соды: положите в кастрюлю с водой 1—2 столовые ложки соды и опустите в нее предварительно смоченные нитки, дайте им покипеть 2—3 мин, затем прополощите несколько раз в холодной воде.

Погнувшиеся пластмассовые спицы нужно опустить в кипяток, выпрямить и тут же обильно полить холодной водой.

Брюки сына протерлись на коленях, может быть, стали слишком короткими, но еще могут послужить, правда, в другой роли. Обрежьте штанины выше колена и подшейте их — получатся шорты. Отрезанную часть брючины нужно укоротить, срезав протертые места, вывернуть наизнанку и сшить по срезу. С другой стороны штанины нужно сделать кулиску и вдеть шнурок. Готов мешок для сменной обуви, с которым ребенок ходит в школу.

Кропотливая работа — переметить белье ребенка, уезжающего летом на дачу или в лагерь. Можно не вышивать метки, а написать их на ленточке из белой ткани тушью или напечатать на машинке, а потом прогладить горячим утюгом. Такая метка выдерживает многократную стирку, даже кипячение.

Если нет под рукой воронки, ее вполне может заменить пакет из-под молока с вырезанной гранью.

Перелить духи из одного флакона в другой поможет обыкновенное ученическое перо.

Несколько пустых катушек от ниток можно прибить или приклеить к внутренней стороне дверцы кухонного шкафа. Укрепляют их в один ряд вплотную друг к другу — катушки должны быть одного размера. На эти катушки удобно вешать кухонные ножи. Лезвия будут легко проходить в щели между катушками, а ручки не пройдут. Катушки можно покрасить в тон шкафа или дверцы, на которой они укреплены.

Если опустить фломастер в бутылочку с чернилами «Радуга» так, чтобы кончик пишущего узла касался поверхности, то фломастер за полчаса благодаря капиллярному эффекту наберет чернил ровно столько, сколько необходимо.

Если авторучка пропускает чернила, смажьте вазелином резьбу под колпачком, прикрывающим перо.

Если банка с гуталином трудно открывается, нужно поставить ее на ребро и покатать ногой взад-вперед.

Не следует класть ручные часы на стекло или мрамор — пружина может быстро выйти из строя.

Если поставить будильник на тарелку и положить туда монеты — такой звонок мудрено не услышать. Если же необходимо приглушить звон, накройте будильник стеклянной банкой.

Не рекомендуется ставить на одну тумбу телевизор и магнитофон: магнитные поля от сетевых трансформаторов могут влиять на качество звука в магнитофоне (фон переменного тока) и на качество изображения в телевизоре.

От длительного курения пальцы рук и ногти, как правило, желтеют от никотина. Можно избавиться от этой желтизны, если мыть руки водой, смягченной аммиаком.

Новую жесткую зубную щетку подержите несколько часов в стакане с водой, куда добавлена ложка соли,— щетка станет мягче.

Сырые дрова в печи быстро разгорятся, если посыпать их щепоткой крупной соли.

Чтобы новогодняя елка дольше не осыпалась, следует поставить ее в ведро с водой, добавив немного глицерина. В стволе елки рекомендуется сделать разрез и вложить в него шерстяную тряпку, которую надо ежедневно смачивать водой. Чтобы сохранить подольше срубленную елку зеленой, можно поставить ее в ведро с водой, добавив туда половину чайной ложки мочевины (огородное удобрение).

А еще можно сделать так: взять 3 л сырой воды, добавить 5 г лимонной кислоты и 6 г желатина. После их растворения всыпать в воду 16 г толченого мела. Все хорошенько перемешать. На конце ствола острым ножом сделать свежий срез и сразу поставить елку в приготовленный раствор — она долго не будет осыпаться. Только не забывайте подливать воду.

Елочные игрушки обычно вешают на нитках — они рвутся, путаются. Для этого лучше пользоваться обычной канцелярской скрепкой. Ее нужно разо-

гнуть, одним концом зацепить за игрушку, а другим — за веточку.

Свечи не будут капать и будут медленно гореть, если их оставить на час в крепком солевом растворе.

Чтобы «вернуть к жизни» засохший лак для ногтей, крепко закрутите крышку, положите пузырек в полиэтиленовый мешок и на 5—10 мин налейте в него горячую воду.

Если духовка чересчур нагрелась, поставьте в нее на несколько минут кастрюлю с холодной водой.

Чтобы в солонке не образовывались комки, положите на дно кусочек промокательной бумаги: она вберет в себя влагу, и комков не будет. Время от времени бумажку нужно менять.

Трикотажные шерстяные вещи лучше хранить не на вешалках, чтобы изделие не потеряло форму, а на полках, аккуратно сложенными.

Если нижняя сторона утюга пожелтела и оставляет пятна на глаженой вещи, смочите ватный тампон в уксусе, протрите им утюг, затем хорошенько до блеска натрите шерстяной тряпочкой.

Если столовые ножи покрылись ржавчиной, нужно смазать их растительным маслом и оставить на полчаса, затем протереть наждаком — от ржавчины не останется и следа.

Наденьте на горлышко бутылки с подсолнечным маслом кружочек, вырезанный из старой губки или поролона, и капли масла не будут пачкать бутылку и полку, на которой она стоит.

Если в шкафу, где хранится мука, появилась сырость,— положите на полки несколько лавровых листьев. Они впитают в себя влагу.

Если у вас покоробились пластинки, нужно взять два стекла, между ними положить согнувшуюся пла-

стинку, хорошенько прижать стекла и положить на солнце. Пластинка примет прежний вид.

Запах масляной краски держится обычно очень долго. Если же после ремонта поставить в помещении емкости с соленой водой, запах исчезнет. Можно 2—3 дня подержать в комнате ведро с холодной водой.

Даже сквозняки не выветривают запах табака. Чтобы избавиться от него, надо открыть окно, намочить холодной водой 2—3 махровых полотенца и положить их в комнате в разных местах — они впитают запах табака. Можно зажечь несколько свечей. Уничтожает запах табака и затхлости также 5-процентный раствор формалина, разбрызганный по комнате.

Чтобы носовые платки имели приятный аромат, достаточно капнуть несколько капель духов в воду, в которой их полощут.

Неприятный запах в чемодане исчезнет, если протереть его изнутри уксусом, а затем хорошо просушить, желательно на солнце.

Если руки пахнут луком или чесноком, протрите их кофейной гущей, и запах исчезнет.

От неприятного запаха в металлической коробке можно избавиться, если сжечь в ней несколько спичек.

В герметически закрывающийся бокал или банку положите слой лепестков лилии, розы или других цветов и посыпьте мелкой солью. Затем вновь положите слой лепестков, сверху посыпьте солью. Заполнив таким образом бокал или банку, налейте туда 3—4 ложечки спирта или водки. Каждый раз, когда нужно, чтобы в комнате был приятный запах, откройте банку на несколько минут.

Можно налить несколько капель духов или одеколона на незажженную электрическую лампочку и включить ее — по комнате распространится приятный аромат.

Неприятный запах капусты во время варки исчезнет, если в кастрюлю положить хлебный мякиш, завернутый в чистую тряпочку, или добавить в воду немного сахара. Можно также накрыть крышку кастрюли смоченной в уксусе полотняной тряпочкой.

Неприятные запахи на кухне исчезнут, если налить на сковороду немного уксуса и держать на огне, пока он не испарится, или если сжечь на плите корочку лимона или апельсина.

Если в кладовке или буфете, где хранятся пищевые продукты, поставить сосуд с измельченным древесным углем, то он поглотит все посторонние запахи и предохранит продукты от быстрой порчи. Время от времени уголь нужно менять.

Чтобы устранить специфический запах в хлебнице, рекомендуется периодически проветривать ее и время от времени протирать изнутри тряпочкой, смоченной в уксусе. Можно положить на бумажке молотый кофе, и запах тоже исчезнет.

Запах селедки с ножей и вилок исчезнет, если смазать их растительным маслом и протереть полотенцем.

Удалить запах лука с металлической посуды и столовых приборов можно, если протереть их сухой поваренной солью.

Перед тем как вымыть посуду, в которой была рыба, нужно протереть ее сухой горчицей или тканью, смоченной уксусом, либо промыть холодной водой с мылом — запах исчезнет.

Чтобы в блюде не чувствовался запах чеснока, надо его измельчить и смешать с лимонным соком.

Прежде чем резать на доске лук или чеснок, натрите ее кусочком лимона, чтобы не оставалось запаха.

При жаренье рыбы нужно положить на сковороду очищенную, нарезанную ломтиками сырую картофелину, и на кухне не будет пахнуть рыбой.

Рыбу, пахнущую тиной, надо вымыть в крепком холодном растворе соли, тогда запах исчезнет.

Чтобы сковорода не пахла рыбой или луком, надо посыпать ее, когда она еще горячая, влажным спитым чаем.

Чтобы устранить запах в духовке после приготовления какого-либо блюда, поставьте в нее полную кастрюльку воды, положите кожуру от апельсина и лимона и прокипятите 10 мин — запах исчезнет.

Запах подгоревшего молока можно устранить, если перелить молоко в чистую посуду, накрыть ее сложенной вчетверо мокрой тряпочкой и снова прокипятить молоко.

Чтобы уничтожить неприятный запах в термосе, достаточно прополоскать его водой с уксусом (1 чайная ложка на стакан воды). Можно всыпать в термос 2 ложки риса, залить теплой водой и, закрыв, несколько раз встряхнуть и вымыть горячей водой.

Если вы развешиваете белье для просушки рядом с кухней — добавьте в воду для полоскания немного хлорамина (50 г на 20 л воды) — белье не впитает неприятных запахов.

Чтобы устранить запах пота в ботинках, достаточно протереть их внутри раствором марганцовки.

Чтобы из шкафа или чемодана быстрее выветрился запах нафталина, надо насыпать туда порошок горчицы и подержать сутки.

Для удаления из бутылки любого запаха рекомендуется всыпать в нее столовую ложку горчичного порошка. После этого ополоснуть бутылку холодной водой.

Если пожевать немного зелени петрушки, исчезнет неприятный запах изо рта после употребления чеснока. Запах лука исчезнет, если выпить чашку крепкого кофе или пожевать кофейные зерна.

Чтобы освежить воздух в комнате, нужно поставить в угол тарелку с лепестками увядших роз. Это, кстати, прекрасный способ использовать увядшие розы.

Символы на одежде

95°C — Можно кипятить. При машинной стирке не требуется особой осторожности. Механическое воздействие, полоскание без проверки температуры и центрифугирование соответствуют нормальной программе машины

95°C — Разрешена машинная стирка при температуре не выше 95°C. Механическое воздействие, полоскание при постоянно снижающейся температуре и центрифугирование соответствуют умеренной программе машины

60°C — Разрешена машинная стирка при температуре не выше 60 °C. Механическое воздействие, полоскание при температуре не более 60 °C и центрифугирование соответствуют нормальной программе машины

60°C — Разрешена машинная стирка при температуре не выше 60 °C. Механическое воздействие, полоскание при постоянно снижающейся температуре и центрифугирование соответствуют умеренной программе машины

40°C — Разрешена машинная стирка при температуре не выше 40 °C. Механическое воздействие, полоскание при температуре не более 40 °C и центрифугирование соответствуют нормальной программе машины

40°C — Разрешена машинная стирка при температуре не выше 40 °C. Механическое воздействие, полоскание и центрифугирование соответствуют умеренной программе машины

30°C — Разрешена машинная стирка при температуре не выше 30 °C. Механическое воздействие, полоскание и центрифугирование соответствуют умеренной программе машины

Стирка должна производиться только вручную при температуре не выше 40 °C в короткий промежуток времени. Выжимать слегка, без выкручивания

Стирать нельзя

Разрешена сушка в барабанной сушилке (тумблере). Не требуется особой осторожности

Влажное изделие сушить в подвешенном состоянии

Влажное изделие сушить разложенным на плоской поверхности

Температура нижней плиты утюга должна быть не более 200 °С

Температура нижней плиты утюга должна быть не более 150 °С

Температура нижней плиты утюга должна быть не более 110 °С

Гладить нельзя

Химическая чистка может производиться с применением всех общепринятых органических растворителей

Химическая чистка может производиться с применением тетрахлорэтилена (перхлорэтилена), бензина, трифтортрихлорэтана или монофтортрихлорметана с применением обычных процессов обработки

При химической чистке требуется некоторая осторожность в зависимости от применяемого растворителя, механического воздействия и температуры при сушке. Чистка может производиться с применением тетрахлорэтилена (перхлорэтилена), бензина, трифтортрихлорэтана или монофтортрихлорметана с ограниченным добавлением воды

Химическая чистка может производиться только бензином или трифтортрихлорэтаном с применением обычных процессов обработки

При химической чистке требуется особая осторожность в зависимости от механического воздействия и температуры при сушке. Чистка может производиться только с применением бензина или трифтортрихлорэтана с ограниченным добавлением воды

Изделие не должно подвергаться химической чистке

Можно отбеливать средствами, выделяющими хлор

Нельзя отбеливать средствами, выделяющими хлор

Нельзя отбеливать

ВХ Изделие содержит вискозу и хлопок

Оглавление

ДОМАШНИЕ ЗАГОТОВКИ И ИХ ХРАНЕНИЕ 3

Сушка и хранение помидоров 5
Консервирование помидоров без уксуса 5
Приготовление томатной пасты 6
Домашняя приправа к мясным блюдам 6
Овощная заправка для супа 7
Витаминная заправка для первых и вторых блюд 7
Хранение и квашение капусты 7
Соление и консервирование огурцов 11
Хранение картофеля 12
Хранение свеклы, моркови 13
Сушка и маринование зеленого горошка 13
Заготовка перца 14
Зелень — круглый год 15
Консервирование щавеля 16
Хранение лука, чеснока 17
Заготовка грибов 18
Тыква, баклажаны, арбузы, дыни — на зиму 20
Заготовка и хранение яблок, груш 22
Как дольше сохранить лимоны, апельсины 24
Консервирование продуктов замораживанием 26
Маринады 27
Ягоды впрок 31
Сушка фруктов и ягод 36
Чтобы сохранить витамины 39
Дрожжи 47

ГОТОВИМ ВКУСНО И ПИТАТЕЛЬНО 49

О совместимости продуктов 52
Продолжительность варки продуктов 53
Как солить блюда 53
Как освежить увядшую зелень 54
Приготовление овощных салатов 55
Соусы и заправки для салатов 56
Как варить фасоль и горох 57
Как готовить капусту 58

Редька и редис 59
Приготовление хрена 60
Лук 61
Как варить свеклу 61
Что надо знать о моркови 63
Икра из помидоров 64
Икра из кабачков 65
Огурцы 65
Картофель жареный, вареный, печеный 66
Что надо знать о грибах 69
Дыни и арбузы — в лечебном питании 71
Яблоки полезны всем 72
Супы и бульоны 73
Мясные продукты 78
Рыба 86
Запекания в фольге 93
Яйца 94
Молоко 97
Жиры 101
Сыры 106
Мука и мучные изделия 109
Крупы, макароны 114
Хлеб 121
Из черствого хлеба 124
Кисели 130
Варенье, компоты 132
Мед 138
Торты 139
Орехи 140
Чай, кофе 141
Можно приготовить в домашних условиях 148
Взвешиваем без весов 159
Использование вчерашних блюд 160
Специи 162
Растения, используемые в кулинарии 165
Как снизить содержание нитратов в овощных и фруктовых блюдах 170

СЕРВИРОВКА СТОЛА И ЗАСТОЛЬНЫЙ ЭТИКЕТ . . . 174
Сервировка стола для своей семьи 175
Сервировка стола к завтраку 176
Сервировка стола к обеду 177
Сервировка стола к полднику 177
Сервировка праздничного стола 177
Посуда для сервировки стола 179
Цветы на столе 181
Стол, еда и фантазия 182
Холодные закуски 185
Салаты — на все вкусы 188
Подача блюд и напитков 193
Как правильно есть и пить 195
О поведении за столом 208
Вы принимаете гостей 213
Вас пригласили в гости 215
Если гости пришли неожиданно 218
О культуре общения 230

ОБОРУДУЕМ КУХНЮ 234
Друг семьи — холодильник 236
Газовая и электрическая плиты 243
Необходимый набор кухонной посуды 245
Чтобы посуда блестела 247
Пластмассовая посуда на кухне 256
Помощница хозяйки — кастрюля-скороварка 256
Электропечь «чудо» 260

ЧТОБЫ ВЕЩИ СЛУЖИЛИ ДОЛЬШЕ 262
Уход за одеждой и обувью 262
Уход за меховыми изделиями 263
Чистка изделий из синтетического меха 266
Чистка плюша и бархата 267
Уход за изделиями из джинсовых, вельветовых и ворсовых тканей 268
Уход за плащами 268
Уход за фетровыми шляпами 269
Уход за кожаными изделиями, обувью 269
Уход за изделиями из замши 275
Уход за предметами быта 278
Уход за мебелью 278
Уход за коврами 282
Чистка светильников 285
Уход за хрусталем, стеклом и зеркалами 285
Чистка изделий из металла 287
Уход за изделиями из золота, серебра, мельхиора 288
Уход за изделиями из мрамора и гипса 289
Уход за изделиями из пластмассы, янтаря, слоновой кости, дерева 290
Уход за книгами 290
Уход за клеенкой 291
Уход за зонтом 292
Уход за игрушками 292
Шьем, чиним 292

ЧИСТИМ САМИ 296
Общие рекомендации по химической чистке одежды . . . 296
Как удалять пятна 298
Жирные пятна 298
Пятна от яиц 299
Пятна от молока, мороженого 300
Пятна от шоколада, кофе, какао, чая 300
Пятна от фруктов и овощей 301
Пятна от масляной краски 302
Пятна от крови 302
Пятна от пота 303
Пятна от чернил 303
Пятна от горячего утюга 305
Пятна от марганцовокислого калия 306
Пятна от смолы 306
Пятна от мастики, обувных кремов, солидола . . . 306
Пятна от хны 307
Пятна от йода 307
Пятна от ржавчины 307
Пятна от воска и стеарина 308

Пятна от косметики . . . 308
Пятна от керосина . . . 309
Пятна от силикатного клея . . . 309
Пятна от зелени . . . 309
Пятна от мух . . . 309
Пятна от плесени . . . 310
Пятна от лака . . . 310
Пятна от красного вина и ягод . . . 310
Пятна от белого вина, пива, шампанского, ликера 311

СТИРАЕМ, ГЛАДИМ . . . 314

Секреты стирки . . . 314
Стирка шерстяных изделий . . . 318
Стирка трикотажных изделий . . . 320
Отбеливание шерстяной пряжи . . . 321
Стирка изделий из искусственной шерсти . . . 321
Стирка изделий из натурального шелка . . . 321
Стирка изделий из искусственного шелка . . . 322
Стирка льняных изделий . . . 322
Стирка линяющих изделий . . . 323
Стирка изделий из синтетических волокон . . . 323
Стирка портьер, гардинно-тюлевых изделий, кружев 326
Стирка вышитых вещей . . . 326
Стирка пуховых платков . . . 327
Стирка сильно загрязненной спецодежды . . . 327
Крахмаление и подсинивание белья . . . 327
Антистатическая обработка . . . 329
Моющие и отбеливающие средства . . . 330
Умеем ли мы гладить? . . . 333
Домашнее крашение . . . 337

НАВЕДЕМ ПОРЯДОК В КВАРТИРЕ . . . 340

Квартира начинается с двери . . . 340
Уход за окнами . . . 343
Ремонт штукатурки . . . 348
Малярные работы . . . 350
Обои для квартиры . . . 369
Полы и уход за ними . . . 877
Облицовка стен плиткой . . . 392
Оборудование ванной комнаты . . . 394
Уход за сантехоборудованием . . . 395
Уборка квартиры . . . 398
Хозяину на заметку . . . 401
Как бороться с насекомыми и грызунами . . . 406

ЗЕЛЕНЫЙ УЮТ . . . 412

В чем польза комнатных цветов . . . 412
Уход за комнатными растениями . . . 414
Особенности выращивания некоторых растений . . . 427
Как вырастить растение из листика или стебелька . . . 438
Микросад в жилище . . . 440
Как вырастить дома лимон . . . 442
В помощь любителям кактусов . . . 444
Цветы на балконе . . . 453
Помидоры на балконе . . . 458
Уголок пряных растений на балконе . . . 459

Вредители и болезни растений 460
О букете 465
Вазы для цветов 471
Композиции из засушенных растений 472
Искусство дарить цветы 474
Живые цветы зимой 476
Уезжая надолго из дома, не забывайте о комнатных растениях 477
Разведение цветов в саду 478

ОГОРОД НА ПОДОКОННИКЕ 495

Выращивание огурцов 496
Выращивание помидоров 498
Выращивание зеленого лука 499
Выращивание петрушки и сельдерея 499
Выращивание свеклы, ревеня, салата, щавеля 500
Выращивание укропа 500
Выращивание перца 501
Земляника в цветочном горшке 501

СОВЕТУЕМ, НАПОМИНАЕМ 503

Урок для начинающей хозяйки 503
Будьте осторожны 506
Домашний доктор 510
Запомните — пригодится 525

Издание для досуга

Авторы-составители
АСТАФЬЕВ Виталий Иванович,
ЧЕРДАНЦЕВА Алевтина Федоровна

СОВЕТЫ ПО ДОМОВОДСТВУ

Заведующая редакцией А. Ф. Черданцева
Редактор Н. Г. Самусь
Художественный редактор И. А. Демковский
Технический редактор Л. В. Сторожева
Корректор А. В. Алешко

Подписано в печать с готовых диапозитивов 14.07.93. Формат 84×108 1/32. Бумага книжно-журнальная. Высокая печать с ФПФ. Усл. печ. л. 28,56. Усл. кр.-отт. 28,56. Уч.-изд. л. 27,22. Доп. тираж 100000 экз. Изд. № 9159. Зак. 388.

Издательство «Полымя» Министерства информации Республики Беларусь. Лицензия ЛВ № 432. 220600, Минск, пр. Машерова, 11.

Минский ордена Трудового Красного Знамени полиграфкомбинат МППО им. Я. Коласа. 220005, Минск, Красная, 23.

Советы по домоводству/Авт.-сост. В. И. Астафьев, А. Ф. Черданцева.— 5-е изд.— Мн.: Полымя, 1993.— 542 с.: ил.
С56
ISBN 5-345-00483-8.

В книге освещается широкий круг вопросов по ведению домашнего хозяйства. Много полезных советов содержится в разделах: «Домашние заготовки и их хранение», «Готовим вкусно и питательно», «Сервировка стола и застольный этикет», «Оборудуем кухню», «Чтобы вещи служили дольше», «Чистим сами», «Стираем, гладим...», «Наведем порядок в квартире», «Зеленый уют», «Огород на подоконнике».

Четвертое издание вышло в 1992 году.

Адресуется широкому кругу читателей.

$С\frac{3404000000-022}{М\ 306(03)-93}$ БЗ № 148—93

ББК 37.279